

૧૦૧

[ સર્વ હક્ક લેખકને સ્વાધીન ]

બાદરવે ૨૦૧૪ ]

પ્રથમ આવૃત્તિ

[ ઓક્ટો. ૧૯૫૮



૭ રૂપિયા

• પ્રકાશક :

— શબ્દલાલ જગશીભાઈ શાહ • ગુર્જર મથન ભર્યાલય  
ગાંધી મસ્તો : અમદાવાદ

• મુદ્રક :

— ગોવિંદલાલ જગશીભાઈ શાહ : માનદા મુદ્રણાલય  
પાનગેર નાકો : અમદાવાદ



વૈજ્ઞાનિક પુસ્તકોનાં નામો પાડવામાં ઘણી મંઝવણ થાય છે. આ પુસ્તકનું નામ પાડ્યાં પણ તેમ જ થયું હતું. પરંતુ શ્રી શિવશંકર શુક્લે એ નામાભિધાન પાડીને છાપવું શરૂ કરી દીધું. બાકી આ નામ બરાબર છે ખરું? વૈજ્ઞાનિક દષ્ટિ બીજા કહે ત્યારે ખરું. 'વૈજ્ઞાનિક દષ્ટિ'નો દાવો લેખક પોતે કરે તે જરા અબુઘટું લાગે છે. મારી દષ્ટિમાં વૈજ્ઞાનિકતા છે એમ શ્રી. શિવશંકરભાઈને, મારા તરફના પૂર્વગ્રહને લઈને, લાગ્યું અને આ નામ પડ્યું છે. એટલે હવે એની વૈજ્ઞાનિકતા સમાલોચકો અને વાંચકોથી જ પ્રમાણિત થવી જોઈએ અને ત્યારે જ અને સંતોષ થશે.

ગુજરાતી સાહિત્યનાં પુસ્તકોનાં નામો પાડવાં સહેલાં છે. કાવ્ય-સંગ્રહ હોય તો પારગ્ગન, બકુલ, અર્ધ્ય વગેરે નામો જલદી પાડી દેવાય ગઈ હોય તો 'માતા આસોપાલવ' કે 'નાયનાં ઝગણાં' એવાં નામો તુરંત પાડી દેવાય. આયુર્વેદ મંબંધી લેખોના આ સંગ્રહનું નામાભિધાન મુશ્કેલ લાગે છે. પુનર્વસુ, કાયચિકિત્સા, આર્વા નામો જે વાચકો મારી દષ્ટિ સમક્ષ છે તેમને માટે નિર્ઘર્ક નીવડે.

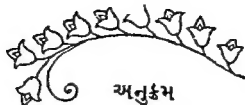
આયુર્વેદ સંબંધી બિન્ન બિન્ન માસિકોમાં લખેલા મારા લેખો—  
હેતુના ૧૫-૨૦ વર્ષના—નો આ સંગ્રહ છે. આમાં કંઈ નિશ્ચિત નિયમો

મે સ્વીકાર્યા નથી લેખોનો સમ્રદ કરેનો છે એટલું જ કહેતું મસ  
થરો એ લેખો વાચકોને જ્યારે તે માસિકોમાં પ્રસિદ્ધ થયા હતા ત્યારે  
ખૂમ જ મંમી ગયેલા એટલું હું જાણ છું મારા લેખો માટે ગૂજરાતનો  
મેટો ભાગ મારો પ્રસન્ન છે એ હું જાણ છું એક વિદ્વાને મને કહેતું  
જરાજર યાદ છે “ખાપાના જો કંઈ લખે છે તે ગુજરાત ધ્યાનપૂર્વક  
વાંચે છે તમારી પામેથી ગુજરાત ખૂમ આસા ગમે છે—” આત્મ  
સ્વાધ્યાય થઈ જાય છે લાચાર છું

આ નવાથી પ્રેરિત થઈને માગ લેખોના ૪-૫ સમ્રદો બિન્ન  
બિન્ન નામથી પ્રસિદ્ધ કર્યા છે, અથવા થોડા સમયમાં પ્રસિદ્ધ થયે. દમજા  
જ ‘આયુર્વેદ વિદ્યાગાવલોકન’ પ્રસિદ્ધ થઈ ચૂક્યું છે ‘ખોરાકનાં તરવો’  
પ્રસિદ્ધ થઈ ચૂક્યું છે બહુ સારો આવખાર આને મળ્યો છે અદ્ય  
સમયમાં આ પુસ્તક બહાર પડે છે

ગુજરાતી વાચકો એનો કેવો ઉપાડ કરે છે એ જોના માટે હું  
થોભીશ અને જો એનો સારો ઉપાડ થશે તો હજી ધાડ આવપવાની  
માગી ઉમેદ છે તે પણ ખર આવશે જ. ગુજરાત આજ સુધી માગ  
લખાણો પુસ્તકોએ પ્રગટ કરવા માગણી કરતું તે માગ હવે પૂરી પડે  
છે ગુજરાતની રસિક જ્ઞાનમૂખી જનતા મને ઉત્સાહિત કરશે તો આ  
મારો પ્રયત્ન હું સફળ માનીશ

આ પુસ્તકના લેખો માટે હું કંઈ જ કહેવા ઇચ્છતો નથી  
લેખો પેાતે જ ખોલે એ કંઈ છે ત્રિવિધ વિષયોની એમાં છળાવટ  
થયેલી છે એક જ વિષય ઉપરના લેખો વાચતા કદાચ કટાણો આવે  
એમ માનીને લેખોમાં ગેટલી વિવિધતા રાખી સકાય તે રાખી અનેક  
વિષયો ઉપરનો આ લેખસમ્રદ ગૂંથ્યો છે આયુર્વેદની સરકૃતિ ગુજરાતને  
ચરણે ધરી છે એનું વાચન ગુજરાતને હજીપુજી મનાવે એ જ અભિનાયા



## અનુક્રમ

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| વૈદ્યોની નાડી                | ૩   |
| વૈજ્ઞાનિક વિચારણા            | ૪   |
| ગાંધીજી અને વસંભાવના         | ૧૩  |
| યુવકોની માનસિક વિકાસ         | ૨૧  |
| દાયોપચારમા દવાફિત્તુ' અધ્યાન | ૨૯  |
| આરોગ્ય કથા છે ?              | ૮૩  |
| પાણી                         | ૫૦  |
| મેટગનિગી હોઝિપટસો            | ૫૬  |
| આટધુ' તો અવરમ જાણજો          | ૬૬  |
| (૧) પાણી પીના                | ૬૬  |
| (૨) કેમ જામનુ ?              | ૭૦  |
| (૩) કેમ જોસનુ ?              | ૭૧  |
| (૪) કેમ જિયાત વિશે           | ૭૧  |
| (૫) દાંત આફ ગળા              | ૭૨  |
| ( ) કસરત                     | ૭૮  |
| (૭) પ્રાણાયામ                | ૭૫  |
| (૮) સાફમ્ ક-તા રીખો          | ૭૬  |
| (૯) વ્યસનથી દુઃખ નેજો        | ૭૭  |
| (૧૦) જુરમો કેમવા             | ૭૭  |
| પશ્ચિમનુ અધે અનુક્રમ         | ૭૮  |
| અવવાન જનો                    | ૮૧  |
| અજોડ અહુલુન મદાય'ા           | ૮૩  |
| ફટુ'આ આયોજન                  | ૧૦૨ |

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| વેગ વિધારણ                      | ૧૦૯ |
| દાગ ધુઓ                         | ૧૧૭ |
| લોકચર્યા                        | ૧૧૯ |
| પુરુષનું સૌંદર્ય                | ૧૩૮ |
| કાયસંપત્ત                       | ૧૪૪ |
| બ્યાયામ અને આરોગ્ય              | ૧૫૦ |
| દાઘનું મદસ્તવ-પાણિવાદ           | ૧૫૬ |
| હિંદુસત્ત્વ આરોગ્ય              | ૧૬૩ |
| જાસની પરખો                      | ૧૭૨ |
| આપણી “હેલ્થ કન્ટ”               | ૧૮૦ |
| વૈદ્યકીય વિદ્યાર્થીઓની આરોગ્યના | ૧૮૯ |
| ગુજરાતની વનસ્પતિઓ               | ૨૦૧ |
| ગ્રહારોપણ યોજના                 | ૨૨૧ |
| સ્વાસ્થ્ય સંસ્કૃતિ              | ૨૩૪ |
| વિજ્ઞાન અને જ્ઞાન               | ૨૩૬ |
| વિજ્ઞાનના લવિષ્યમાં             | ૨૪૦ |
| સામસીડાર્ધઝ વૈદ્યો              | ૨૫૩ |
| ગ્રીપરો                         | ૨૫૬ |
| સ્વ. વૈદ્યગજ અમૃતવાસ પડગી       | ૨૬૦ |
| અફઘન ગ્રંથોઓ                    | ૨૬૩ |
| સ્નેહશૈલ                        | ૨૭૭ |
| મુવાવડનો ડર                     | ૨૮૫ |
| દુઃખવિવેક                       | ૩૦૨ |
| વર્તમાન સંસ્કૃતિ-એક મહાગ્રંથ    | ૩૩૫ |
| શાન્ત મત્સ્ય                    | ૩૪૪ |
| રેલીના દુઆઓ                     | ૩૫૨ |
| દેશી દવાઓની સમિતિઓ              | ૩૬૨ |

આયુર્વેદ અને વૈજ્ઞાનિક દ્રષ્ટિ

## વૈદ્યોની નાડી

**મારા** ‘ધરગથ્યુ વૈદ્યક’ની પ્રસ્તાવનામાં મેં ‘નાડીનું ધર્તિંગ’ એ શીર્ષક મહામહોપાધ્યાય ગણનાથ સેન સરસ્વતી ( હિંદુસ્તાનમાં એમની તોણે આવી શકે એવો કોઈ વૈદ્ય પંડિત હજી થયો નથી. ) નો અભિપ્રાય ટાંકેલો છે. એ પછી આજ દિન સધીમાં કોઈ વૈદ્ય એને શાસ્ત્રીય ઉત્તર આપવા બહાર આવ્યો નથી.

નાડીપરીક્ષાની વાત વૃદ્ધત્રયોમાં નથી એ સુપ્રસિદ્ધ છે. પાછળના અન્ધોમાં એ વિદ્યા ક્યાંથી આવી? એનો કોઈએ વિચાર ક્યો હજી સુધી મારી જાણમાં તો નથી જ. અનામધન્ય રા. શ્રી. દુર્ગાશંકર કેવલરામ શાસ્ત્રી ( ગૂજરાતમાં જે ગણ્યાગાંડ્યા શાસ્ત્રીય અભ્યાસકો છે તેમાં અગ્રસ્થાને આવીશકે એવા પ્રતિભાશાળી એ વિદ્વાન હતા. ) કહે છે કે “ આયુર્વેદના પ્રાચીન અન્ધોમાં નાડીપરીક્ષાની વાત નથી. પણ દ્રવિડ વૈદ્યકમાં નાડીજ્ઞાન સંબંધી અન્ધો લખાયા હોવાનું મેં પહેલાં નોંધ્યું છે. દક્ષિણ ભારતમાં જ કદાચ નાડીવિદ્યાનો ઉદ્ભવ થયો હશે...શારંગધર સંહિતા પહેલાં થોડા વર્ષોથી જ આ વિદ્યાનો વિદ્યાસ થયો છે, કારણ કે એ પહેલાંના અન્ધોમાં એનો ઉલ્લેખ નથી”<sup>૧</sup>

ડૉ. આશુતોષ રાયે તેમના “ પદ્મ ધન આયુર્વેદ ” નામના અન્ધમાં, જેની પ્રસ્તાવના કેપ્ટન શ્રીનિવાસમુર્તિ જેવા પ્રખર વિદ્વાને લખેલી છે, નાડીવિજ્ઞાન હિંદુઓએ ચીનાઓ પાસેથી લીધેલું છે એવું વિધાન કરેલું છે જે વિચારવા જેવું છે. નાડી અને કીમિયો બન્ને વિષયો હિંદુઓએ ચીનાઓ પાસેથી લીધા છે અને પોતાની પ્રખર પ્રતિભાથી એ બન્નેમાં તેઓ ચીનાઓને ક્યાંય ટપી ગયા હતા

કોઈ પણ નવીન વિદ્યાને લેનામાં-પચાવીને લેવામાં હિંદુઓ જેવી જનતા ખીજી કોઈ પ્રજા જોવામાં નથી આવતી. જીવન્ત પ્રજાનું એ જ લક્ષણ છે. પ્રજાજીવનનો જ્યારથી હ્રાસ શરૂ થયો ત્યારથી આપણામાં દૃપમંદુકતા આવી છે નાડી ઉપર ધણુ સાહિત્ય છે એ भारी જાણુ બહાર નથી કણાદ મુનિનું નાડીવિજ્ઞાન, રાવણકૃત નાડીપરીક્ષા આ બે પુસ્તકો સિવાય અર્વાચીન પુસ્તકો તો ધણુએ બહાર પડ્યા છે હો એકેન્દ્રનાથ ધોષે " જર્નલ ઓફ આયુર્વેદ " ના ૧૯૨૪ના એપ્રિલનારના તેમ જ ૧૯૨૬ના ફેબ્રુઆરી એકામા નાડીના પ્રકાશિત તથા હસ્તલિખિત પુસ્તકો ઉપરથી આ વિષયના આયુર્વેદિક સાહિત્ય ઉપર તથા નાડીવિદ્યા ઉપર એક સવિસ્તર લેખ લખ્યો છે જે જિજ્ઞાસુઓએ વાચના જેવો છે

શરગધર સંહિતામાં નાડીવિજ્ઞાન સૌ પહેલું જોવા મળે છે.  
( પૂર્વખંડ અ-૩ )

‘ કરસ્ય અંગુષ્ઠમૂલે યા ધમની જીવસાક્ષિણી ।

તચ્ચેષ્ટયા સુરં દુઃસ્થં જ્ઞેયં કાયસ્ય પષ્ટિતૈઃ ॥

આ જીવસાક્ષિણી ધમની ( જીવ છે કે નહિ તે જોના માટે ) એટલે અંગૂઠા પાસે જેનું સ્ફુરણ અંગુલિસ્પર્શથી આપણને થાય છે, એ બહિઃ-પ્રકોષ્ઠીયા ધમની (Radial artery). આ નાડી જોઈને સુખ અને દુઃખનું જ્ઞાન પડિતોને થઈ શકે છે. નાડી જોઈને સહ્ય રોગો કહી બતાવવાનું ધર્તિગ આપણા જ દેશમાં નહિ પરંતુ સુરોપમાં પણ પ્રાચીન કાલમાં નાડી જોઈને આદિથી અત સુધીના તમામ રોગોનો સંપૂર્ણ ક્રમ જાણવાની પદ્ધતિ ચિકિત્સકોમાં હતી એમ શ્રી. રણજિતરાય દેસાઈ એમના ‘ શરીર-ક્રિયા વિજ્ઞાન ’ નામના અભ્યાસપૂર્ણ ગ્રંથમાં નીચેનું અવતરણ ટાકી આપણને બતાવે છે:

‘ Many of the indications obtained from the pulse do not depend upon a comprehension



of the circulatory conditions which the varieties of the pulse denote, or, indeed, upon a knowledge of the circulation at all. Observant physicians before the time of Harvey could gauge thoroughly the state of the patient in fever from the pulse."

(A system of clinical medicine by T. D. Savil. P. 105.)

આપણા દેશમાં પણ નાડી જોઈને મધ્ય રોગ કહી આપનાર વીરલાઓ તો હશે જ. નહિતર એ સિવાય તો આનો આટલો ઉઠ પ્રચાર રોનો હોય ? નાડી જોયા સિવાય, દરદીને જોઈને જ સકલ રોગો કહી બતાવનાર આજે પણ ડેટલાક વૈદ્યો છે, નાડીની એક કલા છે એ વાતનો ગ્રીકો કરવામાં વાણો નથી જ

### નાડીની ચમત્કારિક દંતકથા

આપણા દેશના વૈદ્યોમાં નાડીજ્ઞાનનો પ્રચાર લગભગ ૭૦૦ વર્ષથી પ્રચલિત છે. વૈદ્ય તો નાડી જોઈને જ બધા રોગો પારખી શકે એવી માન્યતા લોકોમાં બધાઈ ગઈ છે—કદાચ વૈદ્યોએ જ એ બધાના દીધી છે એટલું જ નહિ પણ ખિવાડીને પગે દોરો બાધ્યો હોય તો એ દોરો હાથમાં પકડીને ખિતાડીએ શું ખાધું છે એ કહી આપે એવા ચમત્કારની દંતકથાઓ પણ સનાજમાં ખૂબ જ પ્રચલિત છે. સુરતમાં લગયેના ગુજરાત પ્રાતીય વૈદ્યસંમેનના સ્નાગતાધ્યક્ષે પણ આવી જ વાતનો ઉલ્લેખ એમના ભાષણમાં જોયો, જેનો જવાબ મેં તેજ વખતે આધુર્વેદ વિજ્ઞાનના અકાશ આપેલો. તે વિજ્ઞાસુઓએ જોઈ લેવો.

નારીની અતિશયોક્તિ સામે જ મારો વાતો છે. એના અભ્યાસથી ડેટલાક રોગોનું અનુમાન ખૂબ વૈદ્ય કરી શકે

એ શક્તિ કેળવી શકાય એમ પણ છે એટલું કબૂલ કરવામા મને જરાકેય વાધો નથી.

**વૈદ્યોના ઉપહાસમાં વૃદ્ધિ થાય છે**

વૈદ્ય એટલે એક એવું પ્રાણી કે જે નાડી જોઈને બધા જ રોગો પારખી શકે. વૈદ્યો આમા લલે ગર્વ લે પરંતુ છાતી ઉપર હાથ મૂકીને સૌ કોઈ ઉત્તર આપે તો મારી ખાત્રી છે કે એ નાડીવિદ્યામા આજુ તથ્ય નથી અને આજે જે નાટક ચાલી રહ્યું છે તેથી વૈદ્યોના ઉપહાસમા વૃદ્ધિ જ થાય છે શ્લોકો ટાડીને બોળી જનતાને છેતરવાની કાંઈ જ જરૂર નથી.

**નાડીશાસ્ત્ર યુદ્ધિગ્રાહ્ય નથી**

મારી પાસે દરદી આવે છે ત્યારે હું ‘નાડી’ તો જોઉં છું જ. મનેય ઘણા ‘સારો નાડીવૈદ્ય’ કહે છે. પરંતુ હું દરદીને! ઇતિહાસ પ્રથમ સાલળું છું અને પછીથી નાડી જોઈને દરદીને સારો સતોષ આપી શકું છું. ત્યારથી ઇન્દ્રિયોની શક્તિ ગુમાવી ત્યારથી કેવળ નાડી જોઈને રોગો પારખવાની વાતો વહેતી મૂકાઈ છે એમ મને લાગે છે. પ્રાચીન ગ્રંથોમા ઘણીયે વાતો નથી એટલે એ પ્રાચીન આર્ય ગ્રંથોમા ‘નાડી’ નથી માટે તે ત્યાજ્ય છે એમ કોઈ રખે માને. એ નાડીશાસ્ત્ર યુદ્ધિગ્રાહ્ય નથી માટે જ તે ત્યાજ્ય છે. આજે ડોક્ટરો નાડી નથી જોતા? બધા જ જુએ છે. પરંતુ ‘નાડી’ ની પાછળ જે દંભ છે તેની સામે તો મારો વાધો છે જ.



**૨ : વૈજ્ઞાનિક વિચારણા ?**

આજે બધા જ ‘વૈજ્ઞાનિક વિચારણા’ ની વાતો કરે છે. ‘વિજ્ઞાન’ અને ‘વૈજ્ઞાનિક વિચારણા’ સિવાય આજે કોઈ બોલે

તો તેને જૂનરાણી માનસનીગો માની લેનામા આવે છે વિજ્ઞાનની સિદ્ધિઓ આપણી જોતરફ ખડકાયેલી આપણે જોઈએ છીએ. એટલે એક રીતે જોતા વિજ્ઞાન એ જ આ યુગનો આરાધ્ય દેવ થઈ પડ્યો છે વિજ્ઞાન સિવાયની બીજી વાતોમા આજે કાઈને ઝાઝો રસ નથી રહ્યો આપણી કોયેજોમા પણ હવે આટલું કરતા સાયન્સમા વધુ વિદ્યાર્થીઓ જતા જોનામા આવે છે સાહિત્ય, કલા, તત્ત્વજ્ઞાન વગેરે વિષયો તરફ યુવાનોનો ધ્યાનદર વધતો જાય છે અને મોટા ભાગે જુવાનો સાયન્સ તરફ વળતા થયા છે

વિજ્ઞાન એમ તો હીક છે, પરંતુ ત્યારે તે મનુષ્યોના ચિત્તનું હરણુ કરે છે ત્યારે, તે ખૂબ જ લયકર બને છે એમ ‘મેન ધ અનનોન’ (અવિજ્ઞાત માનન)ના લેખકે કહ્યું છે વૈજ્ઞાનિક શોધો વધી, તેની સાથે ધનના ઢગના થવા માડ્યા, તેની સાથે મોજશોખ, વૈભવો વધવા લાગ્યા આ મોજશોખ, વૈભવો ધનના ઢગલા—આ બધું વધારનાર વિજ્ઞાન પૃથ્વજનોને ગમે એ આભાસિક જ છે પરંતુ વિચારકોને હવે સમજના લાગ્યું છે કે આ વિજ્ઞાને એના તો આશ્ચર્યો બજો પેદા કર્યા છે, કે જગતમા લગ્ન, અશાંતિ, અતિ લોભ—આ બધું અનિવાર્ય જ બની ગયું છે માનવચિત્તને મમજ્યા નિના જોટની શોધો થઈ છે અને થશે તેનું પરિણામ આવું જ આવે વિજ્ઞાને આજે દાટ વાળ્યો છે અને માનવચિત્તને ‘ઝેગીલું’ બનાવ્યું છે વિજ્ઞાને આતરજીવનને ભુલાવી દીધું છે પરિણામ એ આવ્યું છે કે મનમથને જ મહાપ્રશ્ન, ધનને જ સર્વસ્વ માનનામા આવે છે

‘વૈજ્ઞાનિક વિચારણા’ વખતે બાયોનોલ (જીવનિધિ), ફિઝિયોલોજી (દ્રિયવિજ્ઞાન શાસ્ત્ર) અને સાર્વકાલાજી (માનસશાસ્ત્ર) આ ત્રણ શાસ્ત્રોની સહાય લેનામા આવે છે આ ત્રણનું જ માનસ શાસ્ત્ર બની ગયું છે એમ કહીએ તો ચાને જીવનવિધાનો પ્રવર્તક ડાવિન્, ઈદ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રનો નિપ્ણાત પાવલોવ અને માનસશાસ્ત્રના

મહાગણેશ માંડનાર કથુડ આ ત્રણ મહાપુરુષોએ જ વિજ્ઞાનને વિચિત્ર ઓકે આપ્યો છે

ડાર્વિને 'બળિયાના બે ભાગ' (અ સર્નાઈન ઓફ ધિ ફિટ્સ્ટ)ના વાદને માતબર દાખના દલીલોથી વહેતો મૂક્યો. ઓરિજિન ઓફ સ્પિસિઝ' અને 'ડિસેન્ટ ઓફ મેન' નામના બે પુસ્તકો દ્વારા સમુદાયોત્પત્તિની મહાકથા એણે માતબર દલીલોથી રજૂ કરી અને આખા વિશ્વના માનસને હચમચાવી મૂક્યું. પાંદરીઓએ આમા ધર્મનો ખસ જોયો નીતિનું નિકદન નિઝાળ્યું, વિશ્વ ચોક્કી બિંધુ. ડાર્વિનની મદદે હકસને આવ્યો અને ડાર્વિનવાદનો તે જખરો પ્રચારક બની રહ્યો ગુલામીનું ઉચ્છેદન કરનાર વિદ્યમરફેસનો ત્રીજો પુત્ર બિશપ વિદ્યમરફેસ હકસને સામે પડ્યો બન્ને વચ્ચે જમરા શાસ્ત્રાથ આલ્યા ઓક્સફર્ડ યુનિવર્સિટી મિટિંગમા આ બન્નેનો શાસ્ત્રાથ થયો લોકોની દૃઢ જમી હતી છંદો બન્ને ચોદા ત્યાથી છૂટા પડ્યા-ધર્મ અને સાયન્સ છૂટા થયા તે આજ સુધી છુટા જ પડ્યા છે ડાર્વિનના આ બળિયાના બે ભાગ સામે પ્રિસ કોપોટફીને 'ઇન યુનિવર્સિટી ઓર્ગેનિઝમે ફેક્ટર ઓફ ઇવોલ્યુશન' (ઉત્ક્રાંતિના નું સોપાન પરસ્પર સહકાર જાનના) નામના પોતાના આ પુસ્તકમા સખત પડકાર કર્યો ડાર્વિનના જોટની જ ચીનટતાથી એણે પશુ પક્ષીજીવનના દાખનાઓ ભેગા કરેના પરસ્પર સહકાર, મદદ, સહાય એ જ જીવનનું વિધાયક બળ છે નહિ કે બળિયાના બે ભાગ કે મારે તેની તનવાગ પર તુ ડાર્વિનનો વા જીત્યો અને જીવિવાદીઓએ તરતજાનીઓએ રાજદારીઓએ બધાએ એને સ્વીકાર્યો અને આ પછી ડાર્વિનિઝમ-ડાર્વિનનો વાદ સમાજના સામાન્ય ઘરોમા જિત્યો ડાર્વિનના પુસ્તકોની અતિ માડી અસર ધર્મ જર્મનીમા, આને લઈને યુદ્ધ અનિવાર્ય છે સ્વાભાવિક છે એમ મનાવા લાગ્યું જે ઇંગ્લેન્ડને નેપોલિયને દુકાનદારોની પ્રજા 'એ નેશન ઓફ ફેલ્ડીયર્સ' તરીકે સમજાવે છે તે ઇંગ્લેન્ડમા

વેપારની કાલિય હરીશ્ચંદ્રના શ્રીગણેશ મહાયા ત્રિમળિમાર્કને આ વાદ ખૂબ ગમ્યો અને એણે જર્મન પ્રજામાં યુદ્ધનાદ જગવ્યો. નિતસેતુ 'સુપરમેન' આ વાદમાથી જ સ્કુર્કુ એમ કહીએ તો ચાલે. જીરાદ હડને એમના 'થર્ડ મોરેલિટી' નામના પુસ્તકમાં લખ્યું પડે છે કે કરણ, દયા અને માનવતાનો મૃત્યુધટ વગાડનાર આ હાર્નિનવાદે જગતનું મહાન અનિષ્ટ કર્યું છે હાર્નિને જીવનમાથી ઈશ્વરને હાડી કાઢ્યો અને બાકી હતું તે કચુડે આત્મા વા આતર જીવનમાથી ઈશ્વરને હાડી કાઢ્યો આતરગાદિય અરાજકતા જે આજે આપણે નિહાળી રહ્યા છીએ, તેના શ્રીગણેશ બેસાડનાર હાર્નિન છે. માનવચિત્તમાં ત્રિપ-મીજનું મહાસિંચન કરનાર હાર્નિનનાદ છે, જે આજે પણ આપણને લણાનવામાં આવે છે. 'વૈજ્ઞાનિક વિચારણા' નો એ પાયો ગણાય છે.

પત્રી આવે ગણિયાનો સમર્થ ઇદ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રી પાનનોવ આ નિદાને નાડીતત્ર-(જ નર્સ મિઝ્ટમ)નો સમર્થ અભ્યાસ કર્યો અને અનેક અટપટા પ્રયોગો કરી એનો મહાનાદ 'કન્ડીશનિંગ રિફ્લેક્સ' વહેતો મૂક્યો માનવચિત્તને ગમે તે બીબામાં દાળી શકાય છે-એ આ વાદનો દૂકો સાર છે નાના બાળકોના ચિત્તને એક જ જાતના બીબામાં દાળનામાં આવે, તો ધાર્કુ પરિણામ લાવી શકાય. હિટલરે આ વાદનો સુદરમાં સુદર ઉપયોગ કર્યો અને એણે નાઝીનાદ જન્મમાં યો બધાના મગજમાં એક જ ધૂન પેદા કરી બાળકોના કોમળ ચિત્તનું એણે 'કન્ડીશનિંગ' કર્યું એક જ બીબામાં દાળ્યું. હિટલરની 'કુથ મુનમેટ્સ,' 'હોલિડે કેમ્પ' 'પેરેડ્સ'—આ બધા આ વાદમાથી ઉદ્ભવ્યા અને જીનાનોને એક જાતનો નગો ચદાવ્યો શિક્ષણ-તર્કમાં જાનો ઉપયોગ થયો અને પત્રી તો ધનાદ્યોએ પણ પોતાના સ્વાર્થ માટે જાનો ઉપયોગ આદર્યો. મોટા છાપા પોતાને કબજે કર્યો, સિનેમાં, વાયરલેસ પણ તેમણે કબજે કર્યો અને

આ નણુ લય હર સાધનમામગ્રીઆ આજે એમના હાથમા છે અને એ માનનચિત્તનુ મોલ્ડિંગ ' (ઘડતર) કરી રહેલ છે એક વિદ્વાન કહે છે કે હિટલરની લડાઈનુ સૌથી મહાન દુષણ ખીજા બધા દુષણો શૂની જઈએ તો પણ માનનચિત્ત ઉપરનું વૈજ્ઞાનિક વિષ (અ સાયન્ટિફિક કર્પિટિંગ આદિ ધી માર્શિંગ) છે માનનચિત્તના આ ટ્રેનિંગ-નાદે જગતનુ સૌથી મહાન અનિષ્ટ કહ્યું છે અને આ ઝેરી અસર કોઈ પણ રસાયનથી ધોઈ ગકાવ અમ નથી.

અને નીચે આવે છે ક્યુડ આજના લોકો આને માનસ શાસ્ત્રી માને છે-ખરી રીતે અને માનસશાસ્ત્રી (અ સાયકે નાલિસ્ટ) કરતા માનસોની માનજત કરનાર માનસશાસ્ત્રી (અ સાર્વકોપેથો લોગિસ્ટ) માનવો જ ઉચિત છે એ પોતે ડોક્ટર હોતો એની પાસે યુવાન સ્ત્રીપુરુષો ઘણા આનતા આ દગ્દીઓના દુ ખોમા આ પતિતને માનનદેહમા વસેની મૌલિક વૃત્તિઓનો નિરોધ જ મુખ્ય જથ્થાએ માનવમાનમા જે સ્વચ્છ કાનદત્તિ રહી છે તેના દબાણથી વા નિરોધથી જ સ્ત્રીપુરુષોને રોગો લાગુ પડે છે એમ પ્રથમનાર એણે પોકાર્યું ઈશ્વરના અશ્વોને છૂટા દોર આપો તેને રોકશો નહિ, તેથી જ માનતત્ત્વો ઉપર મારી અમર થાય છે અને હિન્નિટિ રિયા ઉન્મા વગેરે રોગો એનું જ પગિણામ છે નીતિ, ધર્મ સદાચાર જેવું મર્ડ છે જ નહિ એ તો બધા મનના શૂનો (અ. ઇનહીમિસન્મ) છે આત્માનો અનાજ એ તો સેતાનનો સાદ છે (અ વૉર્સ આ. ધી રેવિન)-ખાઈપીને લહેર કરે આજની લહાવો નીજિને ૪ ઝાન કોણે દીધી છે? એ જ એનો નાદ છે લાનતું હતું ને વૈદે કહ્યું જુનાનેતે તો આ જ જોડિતુ હતું માનવ ચિત્તની ત્રિયિઓ (અ કોપ્રેમિસ) કિંગ્સન્સ' સમ્પ્રીમેશન્સ' વગેરે શબ્દો જણેજ નણે જુનાનો વાપરના લાગ્યા રશિયામા ક્રી લમ / વૈરવિહાર) અસ્તિત્વમા આ યો સ્ત્રીપુરુષોએ મયોનાની

મર્યાદાઓ લોપવા માડી. કૃષ્ણે એકેએક સારી ચીજની ઠેકડી ઉડાડી. પ્રત્યેક મહાપુરુષના જીવનમાં એણે દલના દર્શન કર્યો. પ્રત્યેક સંતના જીવનમાં એણે 'ન્યુરોસિઝ' (ગાનતંતુઓની દુર્બળતા) નિહાળ્યો. સ્વાર્ષણને એણે 'મેસોચીઝમ'—પોતાની જાત પર નિર્ભર દમન આચરવાની વિકૃત ઈચ્છાથી નવાજ્યો સયમ, સદાચાર, શીલ—આ ત્રણ ઉપર એના પ્રહારો જેનાતેના નથી. સ્વાભાવિક ઇચ્છાઓ, મૌલિક વામનાઓ—એને યોગ્ય માર્ગ આપો, એના પ્રવાહને રોકશો નહિ. સયમના જૂતને ભૂલી જાઓ ગાનતંતુઓના અનેક રોગો વાસનાઓના નિગ્રહને આભારી છે—આ બધા એના ખોલોથી જીવાનો બહેકવા—મર્યાદામાત્ર તટી અને મદન એ જ મહાપ્રભુ મનાવા લાગ્યો 'અચાત માનવ'ના વિદ્વાન લેખક યોગ્ય જ કહ્યું છે કે મહાવડાઈઓએ જે સહાર નથી કર્યો તેના કરતા અધિક સંહાર યુધ્ધિડના આ લયાનક વાદે કર્યો છે અને આ જીતાય દહાયે તેને મહામાનસશાસ્ત્રી માનનારા ઓછા નથી !

ડાર્વિન, પાનનોન અને કૃષ્ણ—આ ત્રણે—એ વાવેના વિષમય વિચારખીજોની અમર માનનચિત્ત ઉપર જેની તેવી નથી ચર્ચ ડાર્વિનનો 'મારે તેની તવવાર' યા 'બજિસાના બે ભાગ'નો વાદ; પાવલોનનો માનનચિત્તને ગમે તે ખીયામા દાળવાનો 'કન્ડીરાન્ડ રિસ્પેક્ટ' વાદ; કૃષ્ણનો 'સ્વચ્છ દતા વાદ' આ ત્રણેય લય કર વાદોએ માનનજાતનું જેવું તેવું અનિર્દેશ નથી કયું અને આ જીતાય 'વિજ્ઞાનિક વિચારણા' વખતે આ વાદોનું શરણ લેવું પડે છે !

પ્લોટા, ગએટ, મિલ્ટન, ટેનિસન, શેક્સપીયર આનોઈડ, આઈનિંગ, ચરક આ બધાનો પ્રભાવ હવન ઉપર નેટલો પડે છે તેટલો વિજ્ઞાનથી નથી જ પડતો. આ બધા હૃદયના માર્ગો છે. સંવિતની એ લિજ્જલિજ્જ ભૂમિકાઓ છે. એમનાથી મનુષ્ય નેટલો બૃહત્તર થયો છે તેટલો વિજ્ઞાન કે યંત્ર-વાદથી કદી થયો નથી કે થવાનો નથી. વિજ્ઞાનના વિષયો સાથે હૃદયને ઉત્તન બનાવે, લાગણીઓને કામળ બનાવે, હૃદયની ધ્વાના તારોને ઝલ્લુઝલ્લાવી શકે એવું કાર્લ લોકેત્તર કાન્થ કે સાહિત્ય લખ્યાવવાની ખૂબ જ જરૂર છે. વિજ્ઞાન લાલ્લેજાઓ કે વિજ્ઞાનવેત્તાઓ નવાનવા વાદો જન્માવી શકે છે, પરંતુ આમૂલાત્ર સમીક્ષાથી ગિપજતા નિર્ણયો આપે. સિવાય કોઈ જ ન આપી શકે. ગાત્ર શબ્દ અત્યંત પવિત્ર છે. આજના વિજ્ઞાનીઓ આપત નથી, તેઓની બુદ્ધિને મર્યાદા છે. એથી કહી તેમના વાદો અસ્થાયી, પ્રભોત્પાદક અને અનર્ગલ વાસનાઓને ઉત્તેજનારા છે. વિજ્ઞાનની એ કમનસીમી છે કે પ્રત્યેક નવીનતા એ પ્રગતિ મનાય છે. અને કામચલાઉ સિદ્ધાંતોને સનાતન સિદ્ધાંતો ( જ ટેન્ટેટિવ થીઅરીઝ ફોર એમસોલ્યુટ ટ્રુથ ) માનવામાં આવે છે પર્વતો ન થા નવીનતા એ કંઈ પ્રગતિ નથી, નવાનવા વાદો એ કંઈ સત્ય નથી. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર માટે આ વાત તદ્દન સાચી છે. જાહેરખખર પાછળ અમન્ને રૂપિયા ખર્ચનારી વિશાળકાય કંપનીઓ છાસવારે નીનની દ્વાઓ વહેતી મૂકે છે. ત્રિવેકત્રષ્ટોને એમાં પ્રગતિ જણાય છે દેશના અમન્ને રૂપિયાનું શોષણ આજે વૈજ્ઞાનિક ધૂનમાં આવી રહ્યું છે. એકાદ નવી દ્વાનું દરકરિયું ટેબલ ઉપર આવીને પડ્યું કે હિન્દમાં તે ખીજ જ દિવસથી ' પ્રિસ્કાઇમ ' થઈ જાય છે. આ બધી વિજ્ઞાનની જૂરકી છે. એમાં નવીનતાનો પ્રયત્ન મોહ છે. વિજ્ઞાનની સેવા નથી. ' વૈજ્ઞાનિક વિચારણા ' એ શબ્દજન છે. મૌલિક વિચારણા એ જ સાચી વિચારણા—' વૈજ્ઞાનિક વિચારણા ' કહી શકાય. આવી વિચારણાનો આજે અભાવ છે અને આથી જ આપણી આ ન્શા છે. -



## ૩ : ગાંધીજી અને લગ્નભાવના

વીસાપુર જેલમાં રાજકીય કેદીઓ મહાપુરુષોની જયંતીએ જીજ્વતા. પુણ્યલોક મહાત્માજીની જયંતી પણ ખૂબ ધામધુમથી જીજ્વવામાં આવી હતી; અને એ નિમિત્તે વીસાપુર જેલવાસીઓએ ‘ગાંધી જયંતી અંક’ ની યોજના કરી હતી. જેલમાં કવિઓ, લેખકો, જર્નાલિસ્ટો, દ્વિસ્રુષ્ટીના પંડિતો દીકરીક પ્રમાણમાં ભેગા થયા હતા. સ્વ. કૃષ્ણચંદ બાપુજી શાહની પ્રેરણાથી આ ‘જયંતી અંક’ અસ્તિત્વમાં આવ્યો હતો. આ લેખ પણ એ અંકની કૃતિ-રૂપે હતો. મને આશા છે કે લગ્નભાવના જેવા અતિ ગંભીર અને મહત્વના પ્રશ્ન વિષેના આ લેખ ‘યુવક’ ના વાચકોને ગમશે.

“To make eugenics more possible the real place of reform is the marriage institution.”

Havelock Ellis

‘અર્થ: સુપ્રજનશાસ્ત્રને વધુ શક્યતાઓવાળું બનાવવું હોય તો લગ્નસંસ્થાની સુધારણા અનિવાર્ય છે. એવું એક પણ ક્ષેત્ર નથી જેમાં મહાત્માજીએ કંઈ ને કંઈ ધ્યાન નહિ આપ્યું હોય. લગ્ન વિષે આ મહાપુરુષે બહુ ઓછું લખ્યું છે. પરંતુ લખ્યા કરતાં તેમણે પોતાના ગ્રિય આશ્રમમાં અનેક લગ્નો કરાવીને પ્રજા સમક્ષ સરસ ઉદાહરણ મૂક્યું છે. લગ્ન વિષેના તેમના વિચારો પૃથગ્જનોથી લિન્ન જ હોય એ સમજી શકાય એવી વાત છે.

“વિવાહથી મનમાં આવે તેટલા ભોગ ભોગવવાને છૂટ મળે છે એ ખ્યાલ પાપમય છે. સ્ત્રીપુરુષોનો ભોગ એક જ હેતુથી ધર્મયુક્ત યર્ષ શકે. તે બન્નેની સંતતિની ઇચ્છાનો. એ ઇચ્છા સિદ્ધ કરવા માટેનો શુદ્ધ પ્રકાર તે વિવાહ.” ગાંધીજીની આ લગ્ન ભાવ-

નાનું મૂળ આપણને પ્રાચીન સાહિત્યમાથી મળે છે કવિકુલગુરુ કાલિદાસ કહે છે “પ્રજાયે ગૃહમેધિનામ્” પ્રજા માટે જ ગૃહ સ્થાપના થયું સતતિની ઇચ્છા સિવાય કેવળ ભોગો ભોગવવાની ઇચ્છાથી જ લગ્ન મળધમા જોડાવું એ કાર્ડ પણ રીતે ઇષ્ટ નથી, એ પ્રાચીન લેખકોએ આપણને અનેક વખત કહેનું છે શાકુતલ અને કુમારસેન દ્વારા લગ્નપ્રયોજનનો સરસ ઇતિહાસ કાલિદાસે આપણી સમક્ષ ધર્યો છે

પ્રજાતતુ મા વ્યવચ્છેત્સી । પ્રજાતતુનો છેદ રખે કરતા, એ તૈતિરીય ઉપનિષદની આજ્ઞા છે પ્રજાતતુ કાયમ રાખનાનું ફરમાન કઠીને જ આપણે નિરમ્યા નથી પણ “દિશામેક પુણ્ડરીકમસિ શ્વ મનુષ્યાણામેક પુણ્ડરીક મૂયાસમ્” હે લગવાનું સૂચન । તમે જેમ દિશાના કમન છો તેમ હું પણ મનુષ્યોમા કમનરૂપ થાઉં ” એ બૃહદારણ્યક ઉપનિષદના સુત્રમા જીવનની મહત્તાનો સુદર ચીતાર નથી?

પણ આજે શું છે? એ જીવનની મહત્તા - ખુમારી હવે નુશી રહી હાલ તો ગમે તેના મતિમદ માયકાગના સત્તાનોની ભુજાળથી ઘર ભરવાની કુદર વચ્છાવાળા પામર મનુષ્યો આ ઉનાત ભાવનાને શૂંઘ્યા છે સ્ત્રીપુરુષની કાટકાટ થતી તનમનાટ કરતી શક્તિઓને આપણે પ્રજાદ્વારા સંક્રાન્ત કરીએ છીએ આપણી જાતને પ્રકૃષ્ટ રીતે ખીજમા જન્માવવી એનું નામ પ્રજા પ્રજાની આખ્યા લેન જૂતિએ નીચે મુજબ આપી છે -

અતઃ કરણતત્ત્વસ્ય દપત્યો પ્રેમસશ્ચયાત્ ।

આનન્દગ્રન્થિરેકોઽયમપત્યમિતિ વચ્યતે ।

૬ પત્નીના પ્રેમભોગવડે અતઃ કરણ તત્ત્વની એટ આનન્દ અથિ બધાય છે તે પ્રજા અથવા અપત્ય કહેનાય છે

અત્યારે આપણામાના ધણાખરાના મનમા પ્રજા સાથે નીચ

કામવાસનાની તૃપ્તિના પડધા પડે છે તેમ પહેલાં ન હતું. કામ-  
અવિકૃત કામને આર્થોએ આરાધ્યો છે-નિંદો નથી. ધર્માવિરુદ્ધઃ  
કામોઽસ્મિ લોકેઽસ્મિન્ ભરતર્પણમ્ । (ગીતા.) અર્થ-ધર્મથી  
અવિરોધી એવો કામ હું પોતે છું એમ લગવાનું દૃષ્ટુ ગીતામાં કહે  
છે. આ કામને આર્થોએ આરંભુપાર્થોમાં સ્થાન આપ્યું છે.

ધર્મના એકદેશીય સેવન વડે હિંદમાં સાધુભાવાના રાશડા  
ફાટ્યા. અર્થતા એકદેશીય સેવનથી યુરોપ અમેરિકાની દિનપ્રતિદિન વધતી  
જતી મુશ્કેલીઓના પડધા આપણને સંભળાવા લાગ્યા છે. કામના  
એકદેશીય સેવને જીવનમાં જાણે આત્મા જ ન હોય એમ માનનારા  
અને ઉપરાઉપરી વાજકરણો ઉડાવ્યે જનારા વ્યભિચારીઓ ઉપ-  
જાગ્યા છે. આ ત્રિવર્ગની સિદ્ધિ એ જ વર્ણાશ્રમ ધર્મનો પાયો.  
વર્ણાશ્રમના ભેદો કુદરતી રીતે વિશ્વના વધારે વ્યાપક નિયમોને પરિ-  
ણામે પડેલા છે એમ મહાત્માજી માને છે. ગૃહસ્થાશ્રમના ધર્મો એ  
ભોગોની મર્યાદા અને ભોગસેવનના વિધિને આંકી દે છે.

કવિશ્રી નાનાવાલ કહે છે: “પરણુ” એટલે ‘પ્રણુ’માં પગલાં  
માંડવાં. ” (ઈદુ કુમાર). અત્યારે આપણે પરણુતા નથી પણ પામર-  
તાનો ઉત્સવ ઉજારીએ છીએ, શ્રી મુનશીના શબ્દોમાં કહું તો આજનાં  
આપણાં લગ્નો એટલે “બેભાનીયતનો મહોત્સવ.” અને આવાં  
ભાન વગરનાં લગ્નો ‘પરિણામ શું હોય ? ‘મતિમંદ માયકાંગલા-  
ઓની ભુજાળથી ‘ખદબદતાં આપણાં ગૃહો ! લગ્ન માટે લાયકાત  
‘નેવું’ કંઈ જોઈએ કે કેમ એ પ્રશ્ન આપણામાંના ઘણાને ગભરાવે છે.  
અસલ ખદબોથી ગંધાર્થ જોડેલી આપણી ન્યાનોએ આપણને આ  
તક જ રહેવા નથી દીધી. કેવળ જન્મપત્રિકાઓની લાયકાત જોવામાં  
જ કર્તવ્યની દૃષ્ટિકર્તવ્યતા મનાય છે. પરિણામે આપણાં ઉત્તમ  
બીજાં કુદરતોમાં વવાય છે અને નિર્માલ્ય પાક બિતરે છે. સાક્ષરશ્રી  
મુનશીએ આપણા લગ્નનું અત્યંત કરુણાન્નક ભેદી ચિત્ર દોર્યું છે:

“આના બીજમાથી આવો નિર્મલ્ય પાક કેમ થયો? આવી કારીઓએ કયાં હજારો વર્ષો થયા અણુગુમતા નાનાયક નેડા સાધી આપણે સત્યાનાશ વાગી મૂક્યું છે પરશુરામો અને ચાણા ક્યોના લોહી અનેક કાથીઓએ ગળાતા માગ નેવા મગતરા પેના કરે છે શા માટે? મણિ! આખી સૃષ્ટિમા ને ત્યા સૌન્દર્ય, શૌર્ય, પ્રતાપ પાકે છે તે થજો ને વનની ઘટાઓમા વનરાજની લવ્યતા અને પ્રાણુબેંક નાદ સિહણે શોધ છે સરોવરના જલ તરંગે હીચતા હસો પાખની વિશુદ્ધ અને ડોકની લચડ ને છટાથી વરાય છે ને દેગમા સત્તા છે, ત્યા અભિમાની નજરથી સમોવડી શોધતા નરસિંહો નજરે ચઢે છે મણિ, અર્ધીઆ જ આ બાપડા બીયારા દેશમા નેપીઓની લાનસા ઉપર, ગધવૌના મિગજ ઉપર, ડોશીઓની સગવડ પર વરનક વરાય છે એ પડી મારા નેવા નમાના છોકરાઓ પેદા કરી દેશને ભારે મારીએ તેમા શુ નવાઈ? ને પજે આપણે ત્યાથી સ્વયં વર ગયો તે પળથી આપણા સમારતુ સત્યાનાશ વગી ગયું . ”

વીર્યના પ્રત્યેક શુદ્ધ સાથે આપણે આપણા વશપરેપરાગત સરકારો મકાન્ત કરીએ છીએ આધુનિક વિગ્નાનપણ Sperm cells અમર માને છે રોગીઓના રોગો, દાઝડિયાઓની દરેક દીંચનાની લત, લપટોનો વ્યલિયાર, શુદ્ધિની પામરતા, આ બધું આપણે આપણા વીર્યદ્વારા બીજી પ્રજાને વાગસામા સોપીએ છીએ આ સાદી વાત આપણામાના કેટલા જાણે છે? નથી જાણતા એટલે જ લગ્ન એક એન માફક મનાય છે શરણાર્થીઓના સુર આગળ અને ગરીબ ગીતોના ધમસાણુ વચ્ચે વેદોક્ત (૧) લગ્નવિધિનો કેવો અગ્રખ્ય વિનિપાત ચર્ચ રહ્યો છે !

આપણા અત્યારના લગ્નોમા નીચેના સુધારા હું આવશ્યક માનું છું

૧. ગોત્ર અને પ્રવર બન્નેની ઉપેક્ષા કરવાની છે. ગોત્ર સમાન હોય કે અસમાન હોય તોય લગ્નસંબંધમાં બાધ ન આવે. નોંધ, બધી રીતે ચોચાં યુવાનયુવતી કક્ત સમાન ગોત્રથી જ લગ્ન સંબંધ ન બાંધી શકે એ વસ્તુ અસહ્ય છે.

આ વિષે વધુ જાણવાની ઇચ્છાવાળાઓએ મારું 'અસિનવ કામશાસ્ત્ર' નેપું. ગોત્રની ઐતિહાસિક મીમાંસા માટે Hindu Exogamy વાંચી જવાની ભલામણ છે.)

૨. ન્યોતિપનાં પાખંડો લગ્નને પળગ્યાં છે તે દૂર થવાં નોંધ. ગમે તેટલી જન્મપત્રિકાઓ નેવડાવો, ગમે તેટલા વરકન્યાના ગ્રહો મેળવો, અત્મારનાં તમામ લગ્નો અસામયિક અને અમાંગલિક અને અયોગ્ય છે. જન્મકુંડલીની લાયકાત ઉપર નહિ પણ વરકન્યાની લાયકાત ઉપર લગ્નની ઇમારત ચણવી નોંધ.

૩. વાળં, તમાસા, જમણવાર, અતિખર્ચ આ બધું એકે સપાટે સાફ થવું નોંધ. ન્યારે આપણે સમૃદ્ધ ધર્મશું ત્યારે આપણે વાળં વગડાવીશું. હાલની આપણી સ્થિતિમાં અત્યંત સાદા-ધૃથી લગ્નો થવાં નોંધ—જેવાં મહાત્માજીએ આશ્રમમાં કર્યાં તેવી રીતે. જે શ્રીમતો ૨૦-૨૫ હજારનો ધુમાડો કરતા તે જ શ્રીમતોએ ૨૦-૨૫ રૂપિયામાં લગ્ન બિજવેલા છે એ પ્રતાપ મહાત્માજીનો.

૪. કહેવાતા બ્રાહ્મણોના હાથથી થતી લગ્નવિધિ બંધ થવી નોંધ. વેદના મંત્રોએ પોતાનું ગૌરવ ગુમાવ્યું છે. લગ્નવિધિ સંસ્કૃતમાં નહિ પણ ગુજરાતીમાં થવી નોંધ અને તે પણ કેઈ વિદ્વાન ચારિત્ર્યવાન આચાર્ય જેવાને હાથે જ. મૂર્ખ બ્રાહ્મણોને હાથે પરણવું એ અપમાનજનક ગણાવું નોંધ.

૫. યુવાન કે યુવતીએ પરસ્પરની પસંદગીથી જ પરણવું નોંધ. માખાપોની દલાલી હવે બંધ થવી નોંધ.

૬. કામશાસ્ત્ર (sexual science) નું જ્ઞાન પરણતા પહેલાં મેળવી લેવું અતિ આવશ્યક હું માનું છું. આ જ્ઞાનના અભાવે જ આપણા સમાજમાં આજે વ્યભિચાર જોવામાં આવે છે. જજ સિંડેસે કહે છે કે: " યુરકો અને યુવતીઓને કામશાસ્ત્રનું પદ્ધતિસર જ્ઞાન આપવામાં આવશે તો ઘણાખરા દોષો સમાજમાંથી આપો-આપ દૂર થશે."

૭. પરણુ—પણું—કેસર—આ બધું હવે અસંભવ બન્યું નોંધજો. પ્રેમ પૈસાથી ન ખરીદાય.

૮. કુળવાન કોણ? એ પ્રશ્નનો નિર્ણય આ મર્યાદિત લેખમાં ન થાય. અત્યારે જેને આપણે કુળવાન કહીએ છીએ તે ખરી રીતે કુળવાન છે ખરા? ધન, વૈભવ કે રાજ્યસત્તા કુળને શ્રેષ્ઠતા ન અર્પી શકે. સ્વાયંત્યાગ, દયા, શૌચ, પ્રેમ, દાન વગેરે ઉચિત ગુણો જે કુળમાં હોય તે જ કુળવાન.

૯. ચાંદી, પરમિયો, ક્ષય, દમ, પત, ઇત્યાદિ રોગોવાળાનાં લગ્ન ન જ થવાં નોંધજો.

આ લઘુ લેખનમાં આથી વધુ ન લખી શકાય. લગ્નસંસ્થાનો ઉદ્ભવ, તેનો વિકાસ, તેનું વર્તમાન શાસ્ત્રીય વિવેચન, આ માટે અહીં સ્થાન નથી. ફક્ત જે મુદ્દા ચર્ચાને આપણે આ મર્યાદિત લેખ સમાપ્ત કરીશું. મહાત્માજી વર્ણુનાંતર લગ્નની તરફેણમાં નથી. વર્ણુ ચાર જ છે. આ વર્ણુમાં જન્મનીયનો ભાવ છે જ નહિ. મહાત્માજી પોતાના જ વર્ણુમાં વિવાહ કરવાની મર્યાદા સ્વીકારે છે. પણ અત્યારે વર્ણુનું કંઈ ઠેકાણું છે? વર્ણુશ્રમના ધોરણે તો જે ખેતી અને વ્યાપાર કરે તે વૈશ્ય. આ જોતાં ખેતી કરતો બ્રાહ્મણ અને ખેતી કરતો કોળી બન્ને એક જ વર્ણુના વૈશ્ય ગણાય. એટલે ગુણ-કર્મ અનુસાર વર્ણુમાં જ વિવાહ સંબંધ સધાય એમ મહાત્માજી માનતા લાગે છે. હું આનો અર્થ એ કરું છું કે સરખો જ ધંધો

કરનારા એક વર્ણમાં જે કુટુંબો અરસપરસ લગ્નસબંધથી જોડાય તે ઘટ છે. અને જો આ સારી માન્યતા બરાબર હોય તો પત્ની તેને આપણે સાંસ્કૃતિક કસોટી ઉપર ચઢાવી જોઈએ મહાત્માજી વર્ણો માહેલી પેટા જાતિઓ કેવળ આકસ્મિક કારણોથી અને રૂઢિથી ઉત્પન્ન થયેલી માને છે પેટા જાતિઓ એ હિંદુ ધર્મનું ધાર્મિક અંગ નથી અને તેને "આવશ્યકતા પ્રમાણે તોડનામા બાધ નથી" એમ માનતા હાજે છે. નીચેનો ફક્તો મહાત્માજીના મતનું સમર્થન માટે બસ થશે એમ ધારી આપું છું:

. "A family that has produced artists for three generations, therefore, commits suicide, as far as gifts and character are concerned, when it selects mates in a family of commercial or industrial traditions and vice versa. The dissipation of garnered qualities has been going on for so long (not to mention the mixture of races) that we are fast losing all ability, all character and all special gifts. The middle ages were wise in this respect, for they regarded it as scandalous for a butcher's daughter to marry a plumber's son and so on, and the wise civilization of Egypt and India had similar conventions. Inbreeding, therefore, will sooner or later have to be restored, in spite of the havoc that it will necessarily create among our degenerate stocks; for extreme and dissolute crossbreeding of the present day is merely covering up our

taints and destroying every shred of character and virtue we ever possessed "

લાભાર્થે તથા પેઢીઓથી કલાકારોને જન્મ આપતું એક કુટુંબ જ્યારે વેપારરોજગારમાં મન્યા રહેતા કુટુંબ સાથે લગ્ન સંબંધ બાંધે છે ત્યારે ખરેખર તે આત્મધાત જ કરે છે એમ કું માનું છું વર્ણાન્તર લગ્નોથી આપણે ઝપાટાબેર ચારિત્ર્ય, શક્તિ, તેમ જ ખીજા કેટલાંક ઉત્તર ગુણોને ગુમાવી રહ્યા છીએ. આ બાબતમાં મધ્યયુગ આપણા કરતા ડાબો, સમગ્ર દતો, કારણ કે તે લોકો કદીયે કસાર્ધની કન્યા કાઢિયાના પુત્ર સાથે પરણે તેને સાખાં શક્તિ નહિ એવા લગ્નને તેઓ નિંદા ગણતા હિંદુસ્થાન અને મીસરની ત્રાવીન સંસ્કૃતિએ આવા લગ્નો ઉપર અકુશ મૂક્યો હતો. અત્યારે આંતરારી ગીતે થતા વર્ણાન્તર લગ્નોથી પ્રજાના ઉત્તર ગુણો અને ઉમદા ખવાસ હણાય છે.

કોઈ પણ જાતના લાભ વિના આટલેથી કું વિરમીશ

પરદેશી અને પરધર્મી પ્રજા સાથેના વિવાહસંબંધ માટે મહાત્માજી આના લગ્નોની તરફેણમાં નથી અનમત, કોઈ આવો લગ્નસંબંધ બાંધે તો તે પ્રચાર કરવા નથી નીકળી પડતા, પરંતુ તેમને આના લગ્નો ગમતા નથી આ તેમના વિચાર સાથે કું મળતો છું હિંદુસ્થાનની આ પરાધીન ગુનામી દશામાં આપણે પરદેશીઓ સાથે વિવાહસંબંધ સાધીએ તે કોઈ પણ રીતે ઇષ્ટ નથી 'અલિનન કામશાસ્ત્ર' માં મેં આ વિશે લખાણથી લખ્યું છે તે વાચકને જોઈ જવા લનામણ કડુ છું મિસિસ સારગધરદાસ (Fried Hansworth) જે સ્વીટ્ઝરલેન્ડના છે અને બંગાળી યુવક સારગધરદાસ<sup>૧</sup> સાથે પરણેના છે એ બાઈએ હિંદુ સંસ્કૃતિનો



સુંદર અભ્યાસ કર્યો છે અને હિંદુ સંસ્કૃતિ, તેનાં સ્થાપત્ય, કલા કૃત્યાદિ ઉપર ક્ષીણ પણ છે. આ બાબતે પોતાના અનુભવનો સાર નીચેના એક ક્ષરામાં આપ્યો છે તે વાંચનાથી મહાત્માજીના વિચારોને આપણે બરાબર સમજી શકીશું :

“ There is no doubt in my mind that Hindu subjugation and the presence of foreign rulers of a different race have made the question of inter-racial marriage far more intricate and difficult; it creates superiority and inferiority complexes that discolour and distort all relationships, those of an intimate nature possibly more than all others. ”

અર્થાત્ હિંદુ જ્યાં સુધી પરાધીન છે ત્યાં સુધી પરદેશી અને પરધર્મીઓ વચ્ચેના વિવાહસંબંધ માનસશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ પણ અહિતકર છે. લગ્ન વિષેના મહાત્માજીના વિચારોને બરાબર અર્થવા માટે આ મર્યાદિત સ્થાન છે, પરંતુ આ લેખ ઉપરથી જો આપણે મહાત્માજીની લગ્નલાવનાને કંઈક અંશે સમજી શકીશું તો આ શ્રમ સફળ થયો લેખીશ.



## ૪ : યુવકોની માનસિક વિકૃતિ

મારા ઉપર યુવાનોના અનેક પત્રો આવે છે અને તેમાંથી મોટા ભાગ તો ‘હસ્તદોષ’ની ટેવ અને ‘સ્વપ્નસ્વાવ’—આ બે માટે ઉપાયો તેમજ સલાહસૂચના માટે લખે છે. ઘણા પોતાનું નામદામ ગુપ્ત રાખવા મને વિનવે છે. ઘણા આ ‘દારુણ પાપમાંથી બચાવીને

નવું જીવન આપવા' લખે છે. આ બધા પત્રોનો દ્રષ્ટા સાર છે. એ યુવાન મિત્રોને હું ખાત્રી આપું છું કે તમે નિશ્ચિંત રહેજો. તમારું નામદામ હું પેપરમાં નહિ આપું. દરદીઓ ગુપ્તમાં ગુપ્ત વાત ચિકિત્સકને કહી સંભળાવે છે અને એ વાતોને ગુપ્ત જ રાખવાનો પ્રત્યેક ચિકિત્સક પોતાનો ધર્મ માને છે. યુવાનો ખાત્રી રાખે કે હું તેમના એ વિશ્વાસનો દ્રોહ કદી નહિ કરું.

### યુવાનો ને યૌવન

આ નાજુક વિષય ઉપર લખનારા ધણા લેખકોએ લખતી વખતે પોતાની સમક્ષ જે સામાજિક દષ્ટિ નજરમાં રાખતી જોઈએ તે રાખી નથી હોતી. તેઓએ જિલ્લું બળતામાં ધી હોમ્યું છે. આવા નાજુક વિષયની જાહેર ચર્ચા માનસશાસ્ત્ર અને સમાજ-શાસ્ત્રનું સમ્યક જ્ઞાન માગે છે. બ્રહ્મચર્ય ઉપરનાં પુસ્તકોમાં બ્રહ્મચર્યને સાતમે આસમાને ચઢાવેલું હોય છે. મરણ વિન્દુપાત્રેજી જીવન' વિન્દુ-ધારણત્ત્વ।' વીર્યના એક બિન્દુપાત્રથી મરણ છે ન્યારે તેના વિધારણમાં જીવન છે.' આ ઉપર ખૂબ ઝીક આપેલો હોય છે. યુવાનોના દિલમાં બ્રહ્મચર્યના સામર્થ્ય વિષે અનેરા ભાવો અંકિત થયેલા હોય છે. આવામાં યુવાનો યૌવનના જાંબરામાં પ્રવેશ કરે છે. એક તરફ બ્રહ્મચર્યપાલનની તમન્ના હોય અને બીજી તરફ યૌવનના આવિર્ભાવ સાથે લલિતમધુર અનેક ભાવોની હૃદયમાં ભરતી ચડે છે અને તેમના દિયરનો લોભ કરે છે. યુવાનોનો સમય પ્રાણીમાત્રના જીવનમાં ધાંટીરૂપ છે. મનગમતા યૌવનનું મસ્ત નૃત્ય તાંડવે ચડે છે. હૃદયવિકાસની નવીન શૂમિકામાં યુવાનોનું જગત મેઘધનુષના રંગોથી રંગાઈ જાય છે. તેને કાર્ધ નવીન શૂખ લાગે છે, નવીન તરસ લાગે છે. કાર્ધ તોફાની અલિલાયા તેને ચોતરફ દોડાવે છે. કાર્ધ અગમ્ય સ્ફુરણ એને વમળે ચડાવે છે. 'માલતીમાંધવ'માં ભવભૂતિએ યૌવનકાલનું આ ભાવોને આતિથય સુંદર રીતે લિપિબદ્ધ કર્યો છે:

‘ ધ્રમતિ ભુવને ચન્દર્પાક્ષા વિકારિ ચ યૌવનં ।

લલિતમધુરાઃ તે ને ભાવાઃ ક્ષિપન્તિ ચ ધીરત્વમ્ ॥

કામદેવની આશા વિશ્વલક્ષ્મીમાં ભ્રમણ કરી રહી છે. યૌવન વિકારી હોય છે. યૌવનના હૃદય સાથે અનેક જાતના લલિત અને મધુર ભાવો ચિત્તને કુબ્ધ બનાવીને ધીરજને હરી લે છે. વળી

વિવેકપ્રધંસાન્ ઉપચિન્મદામોદગ્રહનો ।

વિકારઃ કોડ્ધન્તઃ જલયતિ ચ તાપં ચ કુદ્વે ॥

વિવેક-સારા નરસાની શક્તિ-નો પ્રધ્વંસ થાય છે અને મહા-મોહમાં નાખનાર કોઈ મહાન વિકાર અંતઃકરણને જડ બનાવી દે છે. હૃદયમાં દારુણ તાપ-વ્યથા-જન્મ-ભાવે છે અને યુવાનને અકુળાવે છે.

■ માલતી-માધવ 'માં—

લવભૂતિએ આ યુવાનીની આધીનો સુંદર ચિતાર ‘માલતી-માધવ’માં આપણને કરાવ્યો છે. એ રસાસ્વાદ સંસ્કૃતસો માટે જ રહેવા દેવો ઉચિત છે. સોમં પ્રસિદ્ધિભવઃ સ્વલુ ચિત્તજન્મા આ ચિત્ત-જન્મા - મનમિજ - કામદેવ, જેનો વિલસ પ્રસિદ્ધ છે, જેની આશા વિશ્વનાં ભુવનોમાં ભ્રમણ કરી રહી છે, એનાથી શરમાવાનું—સજ્જ પામવાનું કશું જ પ્રયોજન નથી એમ કવિ કહી સંભળાવી યુવાનના વિશ્વકુબ્ધ મનને શાંતિ પાલુ આપે છે.

હૃદયવિકારની નૂતન ભૂમિકા

હૃદય વિકારની આ નૂતન ભૂમિકા ઉપર પગ મૂકતાં પ્રસિદ્ધ-વિભવ દામ ચિત્તમાં જન્મે છે. એક તરફ પવિત્ર જીવન જીવવાના, નૈતિક અભ્યર્થ પાળવાના, વીર્યવાન થવાના તેના અભિલાષો ઉપર ‘વિકારી યૌવન’ હુમલો કરે છે. વીર્યરક્ષાના એના મનોરથોના ચિત્તજન્મા કંઈપણ શુક્રો કરી નાખે છે. જેમ વધુ જાગ્રત રહે છે તેમ ચિત્તજન્મા વિગેષ તેને પજવે છે. સત્-અસતનો આ સંગ્રામ

યુવાન માનસને અકળાવે છે. “ક્યા જન્મનાં પાપે આ ખરાબ ટેવ મને લાગી હશે? હું જેમ જેમ આ ટેવમાથી મુક્ત થવા આકરો થાઉં છું તેમ તેમ એ ટેવ વધુ દૃઢતર બનતી જાય છે, મારું જીવન કંતાઈ જાય છે, જીવનનું જેમ હણાય છે, મારું તેજ ઊડી જતું લાગે છે.”--આ સ્વાભાવિક ઉદ્દગારો દ્વારા યુવાનો પોતાના દિલનો સંતાપ દાલવે છે.

**સ્વપ્નમાં...**

સ્વપ્નમાં સુંદરીઓ આવે છે. યુવતીઓને યુવકના સહચારનાં સ્વપ્ન આવે છે. પૂર્વાર્જિત, સંસ્કારોથી પરિપૂત થયેલું એતું વિશુદ્ધ માનસ આ આંધીમાં ‘પાપ’ જુએ છે. ધર્મ અને પાપ વચ્ચે ઓલાં ખાતું યૌવન અનેક માનસિક મ્લિંચાઓ જન્માવતું જાય છે અને આ મ્લિંચાઓ ચિત્તને ઝોર જ બ્યાકુલ બનાવે છે. આ મ્લિંચાઓમાંથી છૂટવાના પ્રયત્ન તરીકે ચિકિત્સકો પાસે તેઓ આવે છે, સલાહ માગે છે. એકની દવાથી મટતું નથી એટલે ખીજની, ખીજથી નહિ તો ત્રીજની, છેવટે જહોરખખરિયા દવાઓ અજમાવી જોયા તે લલચાય છે, શરીર અને મનની પાપમાત્રી તે લાચારીથી અનુલવતો લાગે છે.

**લગ્ન પછીની ખોટી ભ્રમણાઓ**

એટલામાં લગ્નમ્લિંચાથી જોડાય છે અને ફેટલાક વધુ પડતાં ધૈર્યદોષથી પોતામાં ‘વીર્ય’નો અભાવ’ કહેવે છે. ક્ષણિક શીઘ્ર વીર્યસ્રાવથી તે પોતાના લાગ્યને નિંદે છે, જીવનયાત્રાના પ્રથમ સોપાન ઉપરથી જ પોતાનો પગ લપસે છે. આને યુવાન પોતાની ‘દસ્તદોષ’ જાતી પહેવાંની ટેવોને આભારી માને છે. કામશાસ્ત્રનાં અનભિગ્ન યુવાન-યુવતી ઘડીભર દારૂલુ વજ્રપાત અનુભવે છે અને પોતાના લાગ્યને નિંદતાં થઈ જાય છે.

ગલરાશો નહિ : મક્કમ સામનો કરજો

મિત્રો ! હસ્તદોષ જેવી ટેવોથી ગલરાશો નહિ. એ ટેવોથી કંઈ આલ તૂટી પડતું નથી. મનની આ અધિઓને ભેદી નાખો. એથી કંઈ તુકસાન થતું નથી. સ્વાભાવિક સ્ત્રીસહવાસના અતે નાડીતંત્ર જે શાંતિ અનુભવે છે તે જ શાંતિ અને સંતોષ આ ક્રિયાથી અનુભવાય છે. પરંતુ આ ટેવને આપણે ‘પાપ’ ગણીએ છીએ એટલે પાપ-પુણ્યના સંભ્રામમાંથી સ્વપ્નસ્થાવ વગેરે ફરિયાદો પાછળથી જાગે છે. કોઈ ક્ષણિક પદ્ધતિ અનુભવે છે. કોઈ પોતાના પૌરુષમાં ‘ખામી’ આરોપણ કરે છે. અને આ બધું તે ‘હસ્તદોષ’ ની ટેવને આભારી છે એમ માની લે છે. પરંતુ એક ચિકિત્સક તરીકેની ગંભીર જવાબદારીના ભાન સાથે હું તમને કહું છું, ‘હે હસ્તદોષને એટલી લયકર ટેવ ગણવાની કે પાપ માનવાની કંઈ જ જરૂર નથી ધણાં આશારપદ યુવાનો ‘સ્વપ્નસ્થાવ’ થી પીડાતા હોય છે. જેમ વધુ જાગ્રત થઈ એનો સામનો કરે છે તેમ એ એને વધુ સતાવે છે. હસ્તદોષ અને સ્વપ્નસ્થાવ—અને એકબીજાના અનુસંગી છે. એનો મક્કમ સામનો જરૂર કરજો, પરંતુ હતાશ થવાનું, ગલરાવાનું અને ‘જીવનની પામમાત્રી થાય છે’ એમ કદપી લેવાનું કંઈ જ પ્રયોજન નથી. યુવાનીના હિંદેગ સાથે—આજના આપણા કલુષિત વાતાવરણમાં, આપણી ખેલોમાં, મસ્કરીમાં, વાતોમાં જે કામુક્તા અને બળ્લરતા ભરેલી જણાય છે તેમાં આનો અનુભવ થાય તો કાયર ન થશો. બેપરવા બનો, અંદરથી જાગ્રત રહેજો; પરંતુ બહારથી એના ઉપર બહુ વિચાર ન કરો. ‘કશું જ અવનવું નથી બનતું’ એમ માનીને એની અવગણના કરજો. મોટા અંશમાં લખી શકાય એ જ વાત હું તમને કરી રહ્યો છું. મનનાં જૂત લગાડવાં મુશ્કેલ છે માટે મનને તમારી કલ્પનાઓથી કલુષિત ન કરશો. તમારામાંના બધા કામશાસ્ત્ર વિષયક સાહિત્ય પણ વાંચો છો એ મારી ખ્યાન

બહાર નથી પરંતુ મારી તમને વિનતી છે કે આ કામશાસ્ત્રનું સાહિત્ય વાચવાનું બધ કરજો. ન વાચવા લાયક આ પુસ્તકો ચિત્તમાં જે સૂક્ષ્મ વિકાર-ખીજો વાવે છે તે આખા જીવનદૃશ્યને ખાઈ જાય એના નિષાક્ત હોય છે કામશાસ્ત્રના સાહિત્યનો મને કીકકીક પરિચય છે અને એ જોયા પછી જ હવે હું કહું છું કે એ સાહિત્યને અડકશો મા. તમારા કામળ માનસમા વિષયના ખીજો વાવશે મા-પશ્ચિમના ધણા જૂનો એમા આવેલા મેં જોયા છે. યૌવન એમ તો વિકારી છે જ, તેમા આ અધીપત્ય અવિવેકપ્રચૂર વિચારો નિહોંધ મનને ઓર નિકારી બનાવે છે.

કામશક્તિને કાશુમા રાખવા માટે વિદ્યાન તદ્દન નિષ્કળ નીવડયું છે. એ શાસ્ત્રીયતા તદ્દન અસામાજિક છે એટલે સારા દેખાતાં એ પુસ્તકોનું વાચન સમાજ માટે ઇષ્ટ નથી એમ હું માનતો થયો છું.

**જીવન : એક પ્રચંડ પ્રવાહ**

જીવન એ એક એવો પ્રચંડ પ્રવાહ છે કે તે ખાજ્યો ખળાતો નથી. અવગણના કરનાની જરૂર નથી. મોનધનરામ કહે છે તેમ "કામકામી" નહિ તેમ 'કામદેવી' પણ થવું ન જોઈએ. કામની મહાશક્તિનો ઉપયોગ નવસર્જનમા વાળી શકાય છે. વિશુદ્ધ સૌન્દર્યભાવના મિત્રાય કામશક્તિનું બર્જીકરણ અશક્ય છે. આપણે શુભાવેલા વારસાઓમાનો એ મોટામા મોટો વારસો છે. સૌન્દર્યભાવના જે પ્રમાણમા ખીનશે, વિશદ બનશે-તે પ્રમાણમા કામશક્તિ વિશુદ્ધ થશે. આખીયે કેળવણીનો ઝોક ન્યારે આ તરફ વળશે ત્યારે આજની શાળાઓમા વિદ્યાર્થીઓમા જણાતી વિકૃત કામવાસના વિશુદ્ધ થશે.

**વીર્યસ્રાવથી હીર નીચોવાઈ જતું નથી**

મિત્રો ! સ્વપ્નસ્રાવથી ગભરાશો નહિ. એ 'વીર્યપાત'થી તમારું હીર નીચોવાઈ જાય છે એમ ન માનશો. સ્વપ્નસ્રાવમાં જેને

આપણે 'ઘાત' અથવા 'વીર' કહીએ છીએ તે નથી જતું. અંગ્રેજીમાં Spermatorrhoea 'સ્પર્મેટોરિયા' અને Prostatitis - 'પ્રોસ્ટેટયુરિયા' આવા બે શબ્દો છે. સ્પર્મેટોરિયા એટલે શુક્રમેદ, જોગા શુક્ર-વીર મૂત્રમાં જાય. વ્યવાય (સ્ત્રીસેવન) પછી કવચિત્ પેશાબમાં શુક્ર જતું જણાય છે. એમાં શુક્રકીટો હોય છે તે મૂત્રની સૂક્ષ્મ પરીક્ષાથી જોઈ શકાય છે. યુવાનોમાં આ શુક્રઆવગોટે લાગે, 'કામજ' -કામુક્તાને લઈને થતો જોવામાં આવે છે. પરંતુ ખરી શુક્રમેદ કવચિત્ જ જોવામાં આવે છે. તંદુરસ્ત માણસના પેશાબમાં પણ કેટલીક વખત આ જોવામાં આવે છે. ઝાડોપેશાબ કરતી વખતે ખૂબ કરાજવાથી પણ આવો કેરળ શુક્રસ્ત્રાવ જોનામાં આવે છે. પરંતુ સ્વપ્નમાં જે સ્ત્રાવ થાય છે તેમાં શુક્ર નથી હોતું. સ્વપ્નમાં થતો સ્ત્રાવ એ ખરી રીતે પ્રોસ્ટેટ - પૌરુષગ્રન્થિ - નો સ્ત્રાવ હોય છે પ્રોસ્ટેટયુરિયાને આપણે લાનાસ્ત્રાવ કહીશું. મોની લાજ જોવા એ ચીકણો પગથઈ હોય છે. પુરુષોના બસ્તિદ્વારને ઘેરીને રહેલી અખરોટના ફળના આકારની આ પૌરુષગ્રન્થિમાંથી જે સ્ત્રાવ થાય છે તે મોની લાજ જોવા ચીકણો હોય છે. સ્વપ્નમાં કામના વિચારો આવે, હાર્દગ્ધન સુંદરી સાથે મમાગમ આવે અથવા સમાગમ સાધ્યા વિના દર્શન કે સમગ્ધમાનથી આવો સ્ત્રાવ થઈ જાય છે. યુવાનોનો જ આ રોગ છે. આમાં શુક્ર નથી હોતું, પૌરુષગ્રન્થિનો જ સ્ત્રાવ હોય છે. શુક્ર-વીર શું છે તે દરેકે જાણી લેવું જોઈએ કારણકે સાધારણ રીતે ઘણાખરા શુક્ર-સ્ત્રાવ અને લાવાસ્ત્રાવ વચ્ચેનો ભેદ સમજતા હોતા નથી એટલે બન્નેને એક જ ગણે છે—ગને જાણે એક જ છે એમ માને છે.

### ખરી વસ્તુ

પેશાબ કર્યા પછી હેવટે ઘાત જોવાં ૨-૩ ટીપાં ઘણી વખત જવાની કેટલાક ક્રિયાદ કરે છે તે આ લાવાસ્ત્રાવનાં જ હોય છે. વધુ પ્રમાણમાં શુક્રસંયમ થયો હોય છે તો પણ એ આવે છે, કઈ

પૌરુષમયીની માસપેશીઓ શિથિલ થનાથી પણ જાણાય છે. પેશાન વખતે જેને ખૂન કરાડવું પડે છે તેને પણ આવું થાય છે અને આપણે 'ધાત જાય છે' એમ કહીએ તો એ પરંતુ ખરી રીતે એ લાનાસ્નાન છે. ભોગ સિવાયની અતૃપ્ત કામેચ્છા, હસ્તદોષ, સતતનિરોધના સાધન તરીકે સ્વાભાવિક વીર્યવિસર્જન યોનિમાં ન કરતા, ઉપરથી સભોગની ચરમ અવસ્થામાં બહાર કાઢી લઈ વીર્યવિસર્જન બહાર કરવામાં આવે છે (Coitus interruptus), એથી પણ આમ થનાનો સંભવ છે કેટલીક વખત જીર્ણ ગનોરિયા (આગન્ટુ પૂયમેહ) માં પણ આવો લાવાસ્નાન થાય છે. પ્રખલ ભોગેચ્છા અતૃપ્ત રહેનાને લઈને આ જાતનો સ્નાવ થાય છે આનાથી ભડકનાનું પ્રયોજન નથી વિચારો જ ન આવે એવી પરિસ્થિતિમાં વમ્બુ એ જ એનો ઉપાય છે. વિચારને અતે ઉત્તેજના, ઉત્તેજનાને અતે વીર્યસ્નાન (જેને ખરી રીતે લાનાસ્નાન કહેવો જોઈએ) — આ એક માનસિક સ્થિતિ છે એમાં ઔષ્ણે કામ નથી આવતા. ધાતુપુષ્ટિની દ્રાઓ ખાનાની મુદ્દન જરૂર નથી. આ યુવાનીનું તોદાન છે એમાંથી પસાર થયે જ છૂટકો એ વિષે જરા પણ વિચાર કરવાની જરૂર નથી.

### ધીરતાથી સામનો કરવો

આ લેખ લખતા મને ઘોલ થાય છે જ, પરંતુ કેટલાક માનસિક અજલજ (Psychic Impotency)ના દરદીઓનો ઇતિહાસ સાલજતા તેઓના મગજમાં હસ્તદોષ અને સ્વપ્નસ્નાવની જે લય કર ગ્રયિઓ જામી હોય છે તે આ વાચ્યા પછીથી વૂટે તો સાડું આ બંને કુટેવોનો સામનો ધીરતાથી કરવો. ભગવાનની વિશુદ્ધ મને પ્રાર્થના કરી પવિત્ર વિચારો સેવના. ઝાડો કબજ રહેતો હોય તો હમેશા હાંમજ હરડેનું ચૂર્ણ ના તોયો, હરડે નોટલી સ્નાકર લઈ દૂધ સાથે રાત્રે શાકવાની ટેન રાખવી. રસાયનચૂર્ણ



માન્યો છે. સન ૧૮૪૦માં ડૉ. સિડનહામે ક્ષયોપચારમાં શુદ્ધ હવા-પાણી પર બહુ જ લાર મૂક્યો હતો. મહારાણી વિક્ટોરિયાના રાજવૈદ્ય સર જેમ્સ કલાર્ક જલવાયુચિકિત્સાના વિશેષજ્ઞ-નિષ્ણાત મનાતા હતા. એમણે પણ પ્રારંભિક ક્ષયમાં સમુદયાત્રાને લાભકારક ગણી છે, પરંતુ એમની માન્યતા હતી કે જલવાયુ હરદાર્થ ક્ષયરોગી માટે ઉપયોગી નીવડતા નથી.

જર્મનીમાં સૌ પહેલા સન ૧૮૫૪માં ડૉ. બ્રીમરે જલવાયુથી દરદીઓ સારા કરવા માટે એક સ્વાસ્થ્યશાળા (સેનેટારિયમ) ખોલી હતી. તે પહોંડના જલવાયુને ક્ષયોપચારમાં સર્વોત્તમ માનતા હતા.

સન ૧૮૮૪માં અમેરિકામાં ડૉ. ટ્રુડાને પહેલવહેલી સ્વાસ્થ્ય-શાળા ખોલી હતી.

ઝોગણીસમી શતાબ્દીના અંત સુધી પ્રત્યેક પાશ્ચાત્ય દેશના વિદ્વાનોએ ક્ષયોપચારમાં જલવાયુના પ્રભાવ ઉપર ખૂબ જ લાર મૂક્યો હતો; પરંતુ સને ૧૯૦૦માં અમેરિકાના ફિલાડેલ્ફિયા શહેરના ડૉ. ફિલકને જલ-વાયુ સંબંધી પ્રચલિત વિચારોની વિરુદ્ધમાં પોતાનો અવાજ ઉઠાવ્યો અને જણાવ્યું કે કોઈ પણ જલવાયુમાં કોઈ વિશેષ ગુણ છે જ નહિ. સ્વચ્છ હવાપાણીવાળા પ્રદેશમાં રહીને જેવો ધ્વજાજ થાય છે તેવો જ ધ્વજાજ એટલી જ સફળતા સાથે રોગી ઘર આગળ રહીને પણ લઈ શકે છે. જે રોગીઓ સારા થવાના હોય છે તે ઘર છોડ્યા વિના પણ સારા થઈ શકે છે.

મૃત શરીરોની પરીક્ષા કરવાથી એ સ્પષ્ટ જણાય છે કે ઘણાવે મનુષ્યોમાં સારા થયેલાં ક્ષયાઘાતનાં ચિહ્નો મળે છે. જો કે ન તેઓ કોઈ સ્વાસ્થ્યશાળામાં ગયા હતા કે ન તેઓ કોઈ સુંદર પર્વત-પ્રદેશ ઉપર રહીને કોઈની સારવાર હેઠળ રહેલા. આથી એ ચોક્કસ થાય છે કે ક્ષયરોગ ગમે તે પ્રકારના હવાપાણીમાં સારો થઈ શકે છે.

બોસ્ટનના ડૉ બોડીએ પ્રમાણુદ્વારા સિદ્ધ કરી બતાવ્યું છે કે શહેરની નજીકની સ્વાસ્થ્યશાળાઓમાં રહીને દનાદાઃ કરાવનાર્યા રોગી ઓને એટલો જ લાલ થાય છે જેટલો કેઈ સારા હવાપાણીનાળા પ્રદેશમાં જનાર્યા થાય છે

આ રીતે ફેટલાયે ચિમ્તિસક્રોએ હવાપાણી વિરદ્ધ પોતાના અનુભવસિદ્ધ મત પ્રગટ કર્યો છે, પરંતુ આ છતાયે હવાપાણીના પ્રક્ષમા સારી બહુમતી છે એ ન જૂનવું જોઈએ હા, બધા રોગી ઓને હવાપાણીથી લાલ જ થાય છે એમ પણ નથી તેમ સસારમાં એવો અકેય દેશ લાગ્યે છે કે જ્યાંના હવાપાણીથી ક્ષયરોગીઓ સારા જ થાય છે યદ્યપિ હવાપાણીનો ક્ષયરોગ ઉપર કેઈ પ્રત્યક્ષ પ્રભાવ નથી તો પણ અપ્રત્યક્ષ રૂપથી રોગનિવારણના કાર્યમાં એનાથી બહુ સારી સહાયતા મળે છે એ વાત તો નિસદેહ જ છે

**હવાની શરદી અને ગરમી ( Temperature & humidity of air )**—બધા લોક જાણે છે કે અધિક શરદી યા અધિક તાપ હાનિકારક છે, અને અત્યધિક થવાથી તે પ્રાણુધાતક નિવડે છે હવાની શરદી યા ગરમી ન્યૂનાધિક થવાથી શુ થાય છે તેનું હવે ઠીકઠીક જ્ઞાન આપણી પાસે સચિત થયું છે

શરીર ઉપર હવાની ગરમીનો જે પ્રભાવ પડે છે, તે ફેટલેક અશે હવાની આર્દ્રતા ઉપર નિર્ભર છે “ન્યુ રેટ વેન્ટીલેશન” કમિશને બહુ ખતપૂર્વકની ઝોજ પડી આ વાતનો પત્તો લગા ચો છે કે ૮૬° ફા° અથવા તેથી વધુ તાપ—પરિમાણનો ૮૦ પ્રતિશત આર્દ્રતાની સાથે મનુષ્યશરીર ઉપર હાનિકારક પ્રભાવ પડે છે એથી શરીરની ગરમી અને નાડીનો વેગ વધી જાય છે, રક્તાનાડીઓ શિથિલ થઈ જાય છે, શ્વાસમાર્ગની લેખમ્બા શિથિલ થઈ જાય છે અને શરીરની કાર્યશક્તિ પણ કમી થઈ જાય છે પરંતુ ૬૮°

૩૧ હા તાપ-પરિમાણ અને ૫૦ પ્રતિશત આર્દ્રતાનો મિલકુલ બિલરો પ્રભાવ પડે છે

આથી જિનદુ શીતલ અને શુષ્ક હવા ઉત્તેજક હોય છે પરંતુ એ જીવવા માટે એ સહન કરવા માટે રોગીમાં બળની આન સ્થિતિ છે. યદિ રોગીમાં રોગવૃદ્ધિ, જીર્ણતા તથા અન્ય કાર્ષ્ક કારણથી સહનશક્તિ નથી હોતી તો શીતલ હવાનો પ્રભાવ અહિતકર જણાય છે. આ સહનશક્તિમાં મુખ્ય વાત શરીરમાં ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય છે એ છે. કારણ કે શીતલ વાયુ શરીરની ગરમીને હરી લે છે હવા શુષ્ક થવાથી દડી અને ગરમી બંને જાતની હવાનો અહિતકર પ્રભાવ કમ થઈ જાય છે. હવાની આર્દ્રતા ઓછી હોય છે તો શ્વાસમાર્ગની શ્લેષ્મિકના ઉપર લાલદાયક પ્રભાવ પડે છે. આર્દ્રતાની અધિકતા હાનિકારક નીનડે છે.

**હવાની ગતિનો પ્રભાવ (movements of air)**

હવાની દડી અને ગરમીના પ્રભાવથી હવાની ગતિમાં પણ ઘણું મોટું અંતર પડે છે. જ્યારે હવાપાણી ઉષ્ણ અને આર્દ્ર હોય છે ત્યારે હવાના અનન્ય શરીરની ગરમી ઓછી થઈને આરામ લાગે છે. પ્રત્યેક મનુષ્યે અનુભવ કર્યો હશે કે જ્યારે ચોમાસામાં વર્ષા પાતુની ઉષ્ણ અને આર્દ્ર હવા સ્થિર-નિશ્ચિન થઈ જાય છે ત્યારે શરીરને કેટલી બધી બેચેની લાગે છે. પરંતુ જ્યારે પવન નીકળે છે ત્યારે એ બેચેની દૂર થઈ જાય છે.

દૈનિક પવન શરીરની ગરમીને બેચે છે એટલે શરીરમાં ગરમી ઉત્પન્ન કરવાની આવશ્યકતા પડે છે. જ્યારે પવન બહુ ઠંડો અને સાથે બેજવાળો હોય છે ત્યારે પવન આપણને અગ્રિય લાગે છે અને બેચેની જણાય છે.

અધિક ગરમીયુક્ત હવા જેને આપણે 'લૂ' કહીએ છીએ તે પણ શરીરને માટે સારી નથી—એવી રીતે બહુ ઠંડી હવા પણ સારી

નથી. શીતલ અને મૃદુલ સમીર, જેની કવિઓએ પ્રશંસા કરી છે, શરીર માટે ઉત્તમ છે. આથી સિદ્ધ થાય છે કે વાયુની ગતિનો પણ શરીર ઉપર સારો યા નરસો પ્રભાવ પડે છે.

**વાયુની ચંચલતા (Variability of air)**—હવાની ઉષ્ણતા, આદ્રતા તથા ગતિમાં દિવસ, રાત તથા ઋતુ અનુસાર નિરંતર પરિવર્તન થયા જ કરે છે. હા, સમુદ્રતટ જેવા સ્થાન પર આવું પરિવર્તન બેઠું જ જુગ થાય છે અને હવા લગભગ એક જ સરખી રહે છે. કોઈ કોઈ સ્થાનમાં અત્યધિક પરિવર્તન થાય છે. હવાની આ ચંચળતાની મનુષ્યશરીર ઉપર જરૂરી અસર થાય છે.

ગ્રાધથી પુરવાર થયું છે કે જો વાયુની ચંચલતા અધિક ન હોય તો તે સ્વસ્થ તથા ક્ષયવાળા માટે લાભદાયક નીવડે છે, પરંતુ તે અધિક હોય છે તો તેને મનુષ્યશરીર સહન નથી કરી શકતું.

**વાયુની વિરલતા (Rarefaction of air)**—વાયુમાં વિરલતા કેવળ પહાડો ઉપર જ મળી આવે છે. અનાંચીન કાળમાં વાયુની નિરલતાના વિષય ઉપર બહુ ભારે વાદવિવાદ ચાલ્યો છે, ઓગણસમી શતાબ્દીના ઉત્તરાર્ધમાં વાયુની આ દશા ઉપર બહુ જોર દેવામાં આવ્યું છે.

હવા પર ઊંચાઈનો પ્રભાવ હવે લગભગ નિશ્ચિત રૂપથી આપણને જાત થઈ ગયો છે. ડુંગરો ઉપર હૃદય અને શ્વાસની ગતિ વધી જાય છે. અને એનું કાર્ય પણ અધિક થાય છે. મનુષ્ય ન્યારે પહોંચીવાર પહાડ ઉપર જાય છે તો એનો શ્વાસ ફૂલવા લાગે છે, પરંતુ કેટલોક સમય બાદ તે સહન કરી શકે છે. ન્યારે હૃદય સ્વસ્થ થાય છે ત્યારે અધિક કાર્યની માગને પહોંચી વળવા માટે તે મોટું થાય છે, તેની દીનાવો પણ મોટી થાય છે. એટલે પહેલાના કરતાં રક્તમ ચાલન અધિક સરસ થાય છે. પરંતુ હૃદય નિર્જળ હોય

અથવા એવી દશામા ન્યારે રક્તનો વેગ પહેલાથી જ અધિક હોય તો જિંચાઈયા હાંન થાય છે અને અનિદ્રા ઉત્પન્ન થાય છે.

જિંચાઈ ઉપર રક્તકણોની સંખ્યા વધે છે તેમ જ તેનો રંગ પણ ઘેરો થઈ જાય છે. સફેદ કણો (mononuclear leucocytes) પણ વધે છે. બહુ જિંચાઈ ઉપર હવા વિરલ હોવાથી તે શીતલ, શુષ્ક અને અચલ હોય છે. આ બધાનો પ્રભાવ લાલદાયક નીવડે છે. જિંચાઈની હવા ધૂળ તથા અન્ય અશુદ્ધ પદાર્થો દૂષિત-હોતી નથી. અને ધૂળ તથા આર્દ્રતાના અભાવને લીધે રાત્રિરજોતું પ્રેયણ (transmission) પણ સરસ થાય છે.

સૂર્યપ્રકાશનો પ્રભાવ—સૂર્યપ્રકાશનો મનુષ્યશરીર ઉપર નિર્દિષ્ટ પ્રભાવ પડે છે, પણ આ વિષય ઉપર હજી બહુ ઓછું જાણવાનું મળે છે. સૂર્યપ્રકાશમાં પ્રકાશખંડ (spectrum) નાં ultra violet rays લાલદાયક હોય છે.

સૂર્યપ્રકાશ લાલદાયક અવસ્થા છે જ પણ એની અધિકતા-વિશેષકર ન્યારે હવાની ગરમી પણ અધિક હોય-હાનિકારક નીવડે છે.

વાદળ, વરસાદ અને ઝાકળનો પ્રભાવ—વાદળ, વરસાદ અને ઝાકળનો પ્રભાવ સૂર્યપ્રકાશથી બિલકુલ વિપરીત હોય છે. વર્ષાઋતુમાં યદ્યપિ ધૂળ છત્યાદિ દૂષિત પદાર્થ દૂર થઈ જવાથી વાયુમંડલ શુદ્ધ થયેલું હોય છે અને સર્વત્ર લીલોતરીનાં દર્શન થાય છે. પરંતુ અધિક અને એકસામટો વરસાદ થવાથી હાનિ થાય છે.

પ્રાકૃતિક સૌન્દર્યનો પ્રભાવ—પહાડ, ઝાડી, મેદાન, દરિયાળી અને ભૂમિની પ્રવેશ્યતા (permeability of soil) આદિ સ્થાનીય વિશેષતાઓની હવાપાણી ઉપર અસર પડે છે. પહાડો ઉપર આંધી લાગે આવે છે, તેમ હવાનો વેગ પણ અત્યધિક નથી હોતો. પહાડોની પ્રાકૃતિક શોભાનો રોગીની માનસિક દશા ઉપર બહુ સારો પ્રભાવ પડે છે.

વૃક્ષ અને જંગલ વાવાઝોડાનાં તોડાનોથી રક્ષા કરે છે અને પ્રાકૃતિક સૌન્દર્યને વધારે છે. કેટલાક લોક કહે છે કે ચીડનાં જંગલોનો ક્ષયરોગ ઉપર હિતકર પ્રભાવ હોય છે પરંતુ એ વિશે હજી સુધી કોઈ સંતોષજનક પ્રમાણ નથી મળ્યું.

રેગિસ્ટ્રારમાં રેતીથી સૂર્યપ્રકાશ અને ગરમીની તેજ વધે છે અને હવા પણ અધિક ઠંડાય છે. આ સ્થાનોમાં આંધી પણ અધિક હોય છે અને મેદાનનાં દરિયાની સમરૂપતાનો ચિત્ત ઉપર મ્હાન પ્રભાવ પડે છે.

### હવાપરિવર્તનનો પ્રભાવ

હવાફેરના ગુણાવગુણને છોડી દઈએ તો પણ કેવલ સ્થાનફેરથી જ બહુ સારો લાભ થાય છે. ધણાએ વૈદ્યોકટરોને આ વાતનો બહુ સારો અનુભવ છે. મહિનાઓ સુધી દવા કરીકરીને થાકેલો દરદી બહાર જતાં વેંત જ સારો થવા લાગે છે.

હવાફેરનો રોગી ઉપર કંઈ સાંકેતિક પ્રભાવ (influence of suggestion) પણ પડે છે. રોગીઓએ સાંભળ્યું હોય છે કે ક્ષયરોગ માટે ચોખ્ખા હવા જરૂરી છે. કોઈ કારણથી તે બહાર જઈ શકતો નથી તો તેને બિચારાને ખેદ થાય છે અને તે નિરાશ રહે છે. બહાર જવાનું નક્કી થતાં જ તે ખુશીમાં આવી જાય છે અને તેને જરૂર સારું પણ થાય છે. ઘર આગળ જે આરામ, સાધન, શાંતિ તેને મળે છે તે બહાર નથી મળતાં છતાંય તેની સ્થિતિ બહાર જતાં સારી રીતે સુધરે છે.

પહાડી લોકો ઉપર પણ સ્થાનપરિવર્તનનો પ્રભાવ સ્પષ્ટ જણાય છે. જ્યારે એ લોકોને ક્ષય થાય છે ત્યારે એ લોકો શહેરમાં રહેવા જાય છે અને ત્યાંનાં હવાપાણી ખરાબ હોવા છતાંય કેવળ સ્થાન-પરિવર્તનથી તેઓ સારા થઈ જાય છે.

કેટલાક લોકો સારામાં સારાં આરોગ્યલવનોમાં સારામાં સારી સારવાર હેઠળ મહિનાઓ સુધી પડ્યા રહે છે છતાં તેમની તબિયત સુધરતી નથી જણાતી. એ દરદી ત્યારે પોતાના વતનમાં જાય છે ત્યારે બહુ સારો થઈ આવે છે. જન્મભૂમિ ઉપર એનો જે વિશ્વાસ, પ્રેમ અને શ્રદ્ધા-એ એને માટે જવાબદાર છે.

ઘર આગળ દરદીને અનેક ઉપાધિઓ રહે છે. એકાત સ્થાનમાં મોકલવાથી આ બધી મુશ્કેલીઓ ટળી જાય છે. ઘરની ચિંતાથી તે તદ્દન મુક્ત થઈ શકે છે.

**કેવા રોગીઓએ ઘર ન છોડવું?**

કેટલાક વૈદ્યોકટેરો જે ક્ષયના દરદીઓને તેમની પાસે આવે છે તેમને એકદમ હવાફેર માટે સલાહ આપી દે છે પણ આ એમની મોટી ભૂલ છે. કેટલાક દરદીઓ એવા હોય છે કે જેમને ઘરની બહાર જતાં મોટી હાનિ થાય છે. ઉદા. ક્ષયવાળા—ખાસ કરીને જેમને ખૂબ તાવ રહે છે તેવાઓ—જેમને કફ સાથે લોહી પડતું હોય તેવાઓ, લાર્ટ રેઈજવાળાઓ, જૂના વખતના રોગીઓ તે માર્ગના કંઈને જે સહન કરી શકે એમ ન હોય તેવાઓએ ઘર છોડીને બહાર જવું ન જોઈએ. આવા રોગીઓએ તો ઘર આગળ કે ઇસ્પતાલમાં ખાટલામાં પડી જ રહેવું જોઈએ, આરામ લેવો જોઈએ. આ વિષયમાં બેપરવા રહેવાથી ભારે નુકસાન થાય છે. લોકોનો અનુભવ એવો છે કે લગભગ ૨૫ ટકા ક્ષયના દરદીઓ ઘરની બહાર જવા માટે મોત્ય નથી હોતા.

આ સિવાય ઘણા દરદીઓ એવા હોય છે કે જેઓ પોતાની સંકુચિત આર્થિક દશાને કારણે ઘર બહાર જઈ શકતા નથી. ચિકિત્સક રોગીને ઘર બહાર જવાની સલાહ આપે તે પહેલાં એ રોગીની આર્થિક ગિતિ જાણી લેવાની ખૂબ જ જરૂર છે. અધિકાંશ ક્ષયરોગી નિર્ધન હોય છે. પચારીવશ થયા પહેલાં રોગીની આર્થિક

સ્થિતિ સહેજ સારી હોય છે તો તો બીમાર પડ્યા પછી વ્યવસાય બંધ પડવાથી જે કંઈ હોય છે તે દનાદારમાં ખર્ચાઈ જાય છે. બહાર હવામાં ખર્ચ તો ખૂબ જ આવે છે. એટલે હવાફેર માટે કોઈને કહેતા પહેલાં ખૂબ જ વિચાર કરવો જરૂરનો છે.

વૈદ્યડોક્ટરોના શબ્દોમાં લોકોને વિશ્વાસ હોય—કે ત્યારે ચિકિત્સક બહાર જવાનું કહે અને પોતે સાધનના અભાવે બહાર જઈ શકતો નથી ત્યારે તે બિચારો પોતાના લાગ્યને નિંદે છે અને હંમેશા ગમગીન રહે છે.

### હવાફેર અને ખર્ચ

ડૉ. ડોમસન ફેઝર—જેઓએ હવાફેરના વિષયમાં પુષ્કળ અનુશીલન કર્યું છે—તે કહે છે કે ક્ષયરોગનિવૃત્તિ અને રોગીની આવકને ધનિષ્ઠ સંબંધ છે. કોઈ પણ સારી હવાવાળા સ્થાનમાં જતાં અગાઉ દરદીએ સંપૂર્ણ આવશ્યક સામગ્રી સાથે લઈ લેવી જ જોઈએ. જો એની પાસે પર્યાપ્ત ધન ન હોય તો બહેતર છે કે તેણે બહાર ન જ જવું.

ભારતવર્ષમાં એક સાધારણ ક્ષયરોગીને હવાફેર માટે કોઈ સારી પહાડી જગાએ જવું હોય તો ઓછામાં ઓછા માસિક રૂ. ૧૦૦) ના ખર્ચાનો પ્રત્યંધ કરવો જ જોઈએ. વળી એક વાત અત્રે ખાસ યાદ રાખવી જોઈએ કે ક્ષયરોગીઓને ૧-૨ મહિનાના હવાફેરમાં કંઈ જ લાભ થતો નથી. પૂરો લાભ હિલ્લવા માટે તેણે ઓછામાં ઓછા ૬ થી ૭ માસ તો રહેવું જ જોઈએ. ઓછામાં ઓછા ૧૦૦૦ રૂપિયાની સવડ હોય તો જવું. [આ આંકડા ઇ. સ. ૧૯૩૦ના છે...]

કેટલાક દરદીઓ સ્વભાવથી જ ગૃહસ્થિત હોય છે. ઘર છોડતાં જ તેઓ ગભરાઈ જાય છે. સારામાં સારી હવામાં રહેવા છતાં ગૃહ-



વિયોગની માનસિક પીડાથી તેઓને કંઈ જ લાલ થતો નથી. આ દશા ખાસ કરીને સ્ત્રીઓમાં બહુ હોય છે. જેમ રોગનો વેગ વધારે તેમ ગૃહવિરહાત્તા વધારે.

### દરદીને હવાફેર માટે ક્યાં મોકલવો ?

બધા માને છે કે કોઈ પણ હવાપાણી ક્ષયરોગને માટે સર્વોત્તમ નથી જ, તેમ સાથે સાથે એ પણ સાચું છે—સર્વમાન્ય છે કે રોગનિવારણમાં કેવળ હવાપાણીથી જ રોગ સારા થતા નથી. અનુલવથી જણાયું છે કે હવાપાણીની અપેક્ષા ધલાજના નિયમોના પાલનનું જ મહત્ત્વ વધિક છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો વિના-સંયમ જલવાયુથી કોઈ લાલ નથી. તેમ આથી વિપરીત એકલા સંયમથી પણ શુદ્ધ હવાપાણી વિના બહુ જુજ લાલ થાય છે. એટલે રોગીને હવાફેર માટે કોઈ જગાએ મોકલતા પહેલાં હવાપાણી વિના નિમ્નલિખિત વાતો ઉપર ખાન આપવું જોઈએ.

પ્રથમ તો એ જોવું જોઈએ કે જ્યાં આપણે દરદીને મોકલવા માગીએ છીએ ત્યાં આગળ દરદીને રહેવા માટે મકાન અને ખાવાપીવાનો સમુચિત પ્રયત્ન છે કે કેમ ? કારણ કે રોગી એકલી હવાથી ઓછો જ જીવવાનો છે ? સારી હવાથી જ લાલ થાય છે તે બધી ખરાબ ભોજન અને ખરાબ રહેઠાણની જગાથી ભારી ભય છે.

બીજું, રોગી જ્યાં જવાનો હોય ત્યાં આરોગ્યલવન કે સારક ચિકિત્સક હોવા જોઈએ. ક્ષયોપચારમાં આરામ અને પરિશ્રમનો નિર્ણય કરવાનું પ્રમાણ અતિ કઠિન પણ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. રોગી પોતે આ વાતનો નિર્ણય કદી કરી શકતો નથી. એટલે કોઈ કુશળ ડોક્ટરનો પરામર્શ લેવો આવશ્યક છે. જે કે આ બધી વાતો સાથે હવાફેરને કોઈ પ્રત્યક્ષ સંબંધ નથી છતાંય તેનો વિચાર કરવો જોઈએ.

## પહાડી હવાપાણી

હવાફેરનો નિશ્ચય થતાં વેંત જ રોગી અને ચિકિત્સક બન્નેના ચિત્તમાં પ્રથમ પ્રશ્ન પહાડ પર જવા સંબંધમાં થાય છે. ગ્રામીન કાળથી પહાડની હવા સર્વોત્તમ મનાય છે. અત્યારે પણ ઘણીખરી આરોગ્યશાળાઓ પહાડ ઉપર જ આવેલી છે.

પણ હજી આ વાતની પાકે પાચે ખાતરી નથી થઈ કે પહાડનાં હવાપાણી ક્ષયરોગી માટે કેમ હિતાવહ છે? આ વિષયમાં અનેક સિદ્ધાંતોની કલ્પના કરવામાં આવી છે પણ પ્રયોગથી હજી તે સિદ્ધ નથી થઈ. પહાડની હવા શુદ્ધ છે એમાં તો કોઈ જાતનો સંદેહ છે જ નહિ. જનમમાજના અભાવે ત્યાંનાં હવાપાણી શુદ્ધ હોય છે. પહાડી વાયુમાં ઉષ્ણતા અને આર્દ્રતા ઓછાં હોય છે. ચાર હજાર ફીટથી ઊંચી ટેકરીઓ ઉપર ગ્રીષ્મઋતુમાં પણ સારી ઠંડી લાગે છે. લોકો કહે છે કે પહાડી વાયુમાં એસ્ટ્રોન વિશેષ છે, જે બહુ લાભદાયક છે. પહાડની હવા વિરલ હોય છે. વિરલતાથી જે લાભ થાય છે તે પહેલાં કહેવાઈ ગયું છે પહાડી લોકોને ક્ષય લાગ્યે જ થાય છે એટલે પણ પહાડી વાયુની કિંમત વધી છે. પણ અત્યારે જે પહાડો ઉપર ધનવાનો જઈ વસ્યા છે અને જીવનનિર્વાહની મુશ્કેલીઓ ઊભી થઈ છે ત્યાંના પહાડી લોકોને પણ ક્ષય થતો જોવામાં આવે છે.

આથી એ સિદ્ધ થાય છે કે ક્ષયરોગનિવારણમાં સામાજિક તથા આર્થિક દ્રશ્યનું મહત્ત્વ પહાડો પર પણ એટલું જ છે, જેટલું સમતલ ભૂમિ યા સમુદ્રતટ પર છે. ધનના અભાવવાળો પહાડ પર જાય કે મુંબઈની ચાલોમાં રહે જાયું સમાન જ છે.

## પહાડી હવાપાણીની વિધેયતા

પહાડી-જલવાયુ દરેક ક્ષયરોગી માટે અનુકૂળ પણ નથી. કેટલાક રોગીઓ માટે પહાડ પર જવાનો નિષેધ છે. જે રોગીઓમાં

ક્ષયરોગનો નિશ્ચય થયો હોતો નથી, પરંતુ લક્ષણોથી સંદેહ થયો હોય છે, તેવાઓને પહાડ ઉપર મોકલવા સારું છે. પણ ઓછી આવકવાળાને સંદેહ ઉપરથી ત્યાં મોકલવો ઇષ્ટ નથી.

જે રોગી નિર્બલ, રક્તહીન અને ધૈર્યહીન હોય છે, જેના હૃદયમાં હ્રમેશાં ક્ષય હોવાનો ભય ભર્યો હોય છે, અથવા જેને કોઈ ડૉક્ટરે 'તને ક્ષય છે' એમ કહ્યું હોય છે—પરંતુ સાધારણીથી તપાસ કરતા તેમાં ક્ષયનાં કોઈ ચિહ્ન નથી મળી આવતાં એમાંના ધણાખરાને પહાડ ઉપર મોકલવાથી લાભ થાય છે. આજકાલ ક્ષયરોગનો ઠર એટલો બધો ફેલાયેલો છે કે કંઈ રોગ થતાં તેને ક્ષય થવાની ગંધ આવે છે ! આવા લોકોને જો તેઓ બચ કરી શકે એવા હોય તો પહાડો ઉપર મોકલવા.

આમાના ટેટલાકને તો અસપ્રાપ્ત ક્ષય (abortive T. B.) હોય છે, જે હવાફેર અને આરામથી તરત જ સારા થઈ જાય છે.

ક્ષયરોગની શરૂઆતમાં પહાડ ઉપર જવાથી ફાયદો થાય છે. ત્યાં આગળ રોગીને બૂખ ઠીક લાગે છે, રક્ત પણ ભરાય છે, વજન વધે છે અને શારીરિક સ્થિતિ સુધરવા લાગે છે.

રોગસપ્રાપ્તિની અવસ્થામાં પણ જો રોગ અધિક ન વધ્યો હોય અને ઘર આગળ રહીને ઓસડ કરાવતાં કંઈ લાભ ન થયો હોય તો તેના દરદીને પણ પહાડ ઉપર મોકલી આપવો.

**પહાડ પર ક્યારે જવું એકાદ ?**

આર હજાર ફીટથી ઓછી ઊંચાઈના કુંગરો ઉપર મનુષ્ય બારે માસ રહી શકે છે. પરંતુ અધિક ઊંચાઈ ઉપર શીત અધિક હોવાને લીધે નવેમ્બરથી જાન્યુઆરી સુધી રહેવું બહુ કઠિન હોય છે. સોડો સાધારણ રીતે માર્ચમાં પહાડ ઉપર જાય છે અને નવેમ્બરમાં પાછા આવી જાય છે. પહાડી આરોગ્યલવનો શીત કાળમાં પ્રાયઃ બંધ રહે છે પહાડો ઉપર સૌથી ઉત્તમ ઋતુ સપ્ટેમ્બર-ઓક્ટોબરની હોય છે.

## પહાડ પર જવાનો નિષેધ

હાર્ટ સ્ટેર્જ, નિરંતર જ્વર, રોગી નિર્જલ થયો હોય, સોજા આવ્યા હોય, જેને શ્વાસ ચઢી આવતો હોય તેવાઓએ પહાડ ઉપર ન જવું જોઈએ. ડૉ. નાર્થટનો અભિપ્રાય છે કે ૫૦ વર્ષથી અધિક ઉંમરના દરદીઓએ પહાડ ઉપર ન જવું જોઈએ.

હૃદયની ગતિ અધિક હોય, નાડીની ગતિ એક મિનિટમાં ૧૦૦થી વધુ હોય, આરામ લેનાથી પણ તે કંમી ન થતી હોય—ત્યારે રોગીએ પહાડ ઉપર ન જવું જોઈએ.

બધી ઇન્ફિયોનો હ્રાસ થઈ રહ્યો હોય, સ્વરલંગ થયો હોય, ઉદરનો ક્ષય હોય,—એવાઓએ ન જવું જોઈએ.

અનુભવી ડોક્ટર શ્રોડરનું કહેવું છે કે જે રોગીઓને હૃદયના અપકર્ષનાં ચિહ્ન હોય—એવાઓએ ૧૦૦૦ ફીટથી વધુ ઊંચાઈ ઉપર ન જવું જોઈએ.

કહેવાય છે કે પહાડ ઉપર કદ સાથે લોહી અધિક પડે છે. પરંતુ આ વાતનું હજી સુધી કોઈ સંતોષજનક પ્રમાણ નથી. ઉપલબ્ધ પ્રમાણોથી વિદિત થયું છે કે સાધારણ ઊંચાઈ (૨૦૦૦ થી ૫૦૦૦ ફીટ) પર રક્તનિષ્કીર્ણ (Haemoptysis) સમતલ જમીનની અપેક્ષા અધિક નથી હોતું. કેટલાક રોગીઓને કદ સાથે રક્ત પડતું જોતાં વેંત તરત જ પહાડ ઉપરથી જતા રહેવા અને તળેટીમાં રહેવાનો હુકમ મળી જાય છે એ બહુ ખેદની વાત છે.

## સામુદ્રિક હવાપાણી

પ્રાચીન કાળમાં ક્ષયરોગીઓને સમુદ્રયાત્રાનો આદેશ દેવામાં આવતો. પરંતુ આજકાલ સમુદ્રયાત્રાનો પરિત્યાગ છે. આથી પુરવાર થાય છે કે સમુદ્રયાત્રાથી અતીત કાલમાં સફલતા પ્રાપ્ત નહિ થઈ હોય. ક્ષય રોગીઓ એવા હોય છે કે જેઓ પહાડ ઉપર જઈ શકે એવા નથી હોતા, તેવાઓ સમુદ્રયાત્રા માટે પૂછે છે.

સમુદ્રતટની હવા પ્રાય એકસરખી રહે છે, એની ઉપર ઋતુઓનો પ્રભાવ બહુ જુગ પડે છે. ડો ઓડરના કથનાનુસાર સામુદ્રિક વાયુનો હૃદય અને રક્તનાડીઓ ઉપર મહુ સારો પ્રભાવ પડે છે—એવી હવામાં હૃદયની કાર્યશક્તિ વધે છે અને નાડીની ગતિ ધીમી થઈ જાય છે. વાયુની સઘનતાથી શ્વાસ ગળન અને ધીમે થતો જાય છે. ત્વચા અને શ્લેષ્મકલાની શક્તિ પણ વધતી જાય છે. એટલે શ્વાસારોધ અને જૂની ખાસીનાગા રોગીઓ માટે સમુદ્રતટ પર જવાથી લાભ છે.

### સમુદ્રયાત્રા

ક્ષયરોગીઓએ સમુદ્રયાત્રા બહુ ઓછી કરવી જોઈએ—યાત્રાની તકનીક તેમ જ ખાનાપીના તેમ જ રહેવાની સકીલતાને લીધે આ ઉપરાત sea-sickness (સમુદ્ર-પ્રત્યર્દિકા) થી પણ તુકસાન થાય છે. એટલે ક્ષયરોગમાં સમુદ્રયાત્રાનો નિષેધ છે.

### સમુદ્રતટ

આ તો અનુભવની વાત છે કે ધણાએ ક્ષયના દરદીઓ સમુદ્ર-કિનારાની હવાથી સારા થઈ જાય છે. જે રોગીઓને કફ સાથે લોહી પડે છે તેવા દરદીઓએ કદી સમુદ્રતટ પર ન રહેવું જોઈએ.

સૂત્રોત્પ્લવ ક્ષય (Fibroid phthisis) માં અને શ્વાસારોધ-યુક્ત ક્ષયમાં સમુદ્રતટ પર રહેવાથી લાભ થાય છે. જે રોગી હૃદય અને વૃક્કના ઉપદ્રવોના કારણથી પહાડ પર ન જઈ શક્યા હોય તેવાઓને પણ સમુદ્રતટ પર જવાથી લાભ થાય છે. વૃદ્ધ રોગી પણ સમુદ્રતટ પર સાગ રહે છે. જે રોગીઓને ક્ષય સાથે સધિવા, મધુમેહ વસાટદિ ઇત્યાદિ દોષ ઉપસ્થિત હોય છે તેવાઓ માટે પણ સમુદ્રતટ સારું સ્થાન છે. ચરમાવસ્થામાં, નિરતર જ્વરમાં, સ્વરલગ અને આંતરડાના ઉપદ્રવોમાં ધરની જલ્દાર જલુ છાંદ નથી એ કહેનાની અત્રે જરૂર જ ન હોય.

## રણુનાં જલવાયુ

રણુની હવાનો મુખ્ય ગુણ તેની ચંચલતા છે. ત્યાંની હવામાં પરિવર્તન શીઘ્ર અને અધિક થાય છે. વાયુ જો કે શુદ્ધ હોય છે છતાં ધૂળયુક્ત હોય છે. સૂર્યપ્રકાશ બહુ હોય છે. આથી રોગીમાં અધિક સહનશક્તિની જરૂર. રોગીની શક્તિનો વ્યય પણ વધુ એટલે જે હોઠામાં યથેષ્ટ સામર્થ્ય હોય તેવાઓએ જ ત્યાં જવું જોઈએ. નિર્બલ, બાળક અને વૃદ્ધ રોગીઓએ ત્યાં ન જવું જોઈએ. રણનું દૈન્ય ચિત્તાકર્ષક પણ નથી હોતું. સર્વત્ર મેદાન જ મેદાન જણાય છે.

આ અનુભવની વાત છે કે જે રોગીઓને ક્ષયની સાથે કાસરોગ અને વાત્સાવરોધ ( Emphysema ) હોય છે, તેવાઓને રણની હવા બહુ સારી માધક આવે છે.

## પ્રત્યોધન

આ લેખને સમાપ્ત કરું તે પહેલાં હું ફરીથી ખૂબ બાર દર્શાવે કહું છું કે કેવલ ઉત્તમ વાયુથી જ ક્ષયના રોગીઓનું કલ્યાણ ધર્મ શક્ય નથી. રોગનિવારણ માટે રહેવાનો તેમ જ ખાવાનો સમુચિત પ્રયત્ન અનિવાર્ય છે.\*

\* ‘વિશાલ ભારત’ ઓગસ્ટ, ૧૯૩૦; લેખક : ડૉ શંકરલાલ : ગુપ્ત એમ. ખી. ખી એસ.



પ : આરોગ્ય ! ક્યાં છે ?

‘આરોગ્ય અંક’ માટે શું લખું ? મારી ચોતરફ હું આરોગ્યવિધાતક વાતાવરણ જોઈ રહ્યો છું અને લાચાર બની એનો સાક્ષી બની રહ્યો છું. વ્યાસજીએ મહાભારતને અંતે નિઃસાક્ષી

નાખી, ઈચ્છા હાથ કરી કહ્યું છે કે, “ હું પોકારી પોકારીને કહું છું, પરંતુ મારું કોઈ સાલણતું નથી. અરે લોકો ! ધર્મનું આચરણ કરો. ધર્મમાંથી જ અર્થ અને કામ પ્રાપ્ત થાય છે તો તેવા ધર્મનું પાલન તમે કેમ કરતા નથી ? ” આરોગ્ય સંબંધી પ્રચાર મેં આજ દિન સુધી દીક દીક કર્યો છે, મેં દીક દીક લખ્યું છે; પરંતુ આજે હું જોઈ છું કે તેનું પરિણામ કશું જ નથી આવ્યું.

ભરખપોરે આપણા વિદ્યાર્થીઓને ગમે તેવી ગદી હોટલોમાં ભરાઈ બેઠી બેઠી આ પીતા હું જોઈ છું ત્યારે મને લાગે છે કે આપણામાં સ્વચ્છતાની કિંમત કંઈ જ નથી. ગમે તેવા એકા કપો મોઢે માંડતાં એમને જીરુખ્સા કેમ નથી થતી ? કંઈ જાતનો લત્તો છે, કંઈ જાતની હોટલ છે, આ બધું જાણ્યા જોયા વિના ગમે તેવા આ દીંચવામાં આપણા જીવાનેને કોઈ એર જ રસ આવતો લાગે છે. કોલેજના વિદ્યાર્થીઓની પણ આ જ દશા છે ! આવ્યા તાપમાં, આવ્યા ગરીબ વાતાવરણમાં, આ દીંચવો એમાં એમને જન પણ ખોડું જણાતું નથી. સ્વચ્છતાની દષ્ટિ સાવ પરવારી ગર્ભ અને સૌન્દર્યદષ્ટિ તો હવે સિનેમાની સ્ટારોમાં જ પર્ણપ્ત થઈ ગર્ભ છે. આ આપણી આવતી કાલ ! લવિધ્યના નાગરિકો ! આને જોઈને હું હતાશ થાઉં છું.

મ્યુનિસિપાલિટીના પ્રમુખ જાતે ડોક્ટર હોવા છતાંય ભાત-ભાતના રંગીન શીશીઓમાં ભરેલાં શરબતો વેચાઈ રહ્યાં છે અને કુમળાં બાળકો એ ઝેરી રંગવાળાં શરબતો પીએ છે. એ પાણી પણ લાગ્યે જ સ્વચ્છ કહી શકાય એવું હોય છે. અને આવું રંગો ! હો બાપ ! આ ઝેર આપણાં બાળકો પી રહ્યાં હોય છે. નથી કોઈ જોનાર કે નથી કોઈ ટોકનાર ! આરોગ્યસપ્તાહો બિજવ નારા આપણે આ આરોગ્યનો વિધ્વંસ જરા પણ રોમાંચ મિલવા નિહાળીએ છીએ ! હું કમકમાં અનુભવું છું. બરફના ગોળ

પર છંટાતાં શરબત, ખરફ ધોવાનું પાણી, કકડા—બધું જોઈ  
ચેત ખેદ પામે છે. આમસક્રંતનો લોકો છુટથી ઉપયોગ કરે છે !

અને ઠેરઠેર જૂમાની દુકાનો ! ગુજરાતીઓ ખીચું જવલ્લે  
૪ ખાય છે. જ્યાં જઈએ ત્યાં જૂસ જ જૂસ. સુરતમાં તો સારા-  
સારા માણસો જૂમાવાળાની દુકાન પાસે જિલા રહીને જ જૂસ  
પાકેડે છે. ત્યારે જ તેમને ચેન પડે છે. ઘણાને જૂસ ન ખાય તો  
મૂખ જ લાગતી નહિ હોય ! મુંબઈમાં બેળ અને ગુજરાતમાં જૂસ.  
ઠાઈ સંગીન જોરાક ખાતું જ નથી. મીઠાઈની દુકાનોમાંથી હવે  
મીઠાઈ ખાવા જેવી નથી રહી. પરંતુ મજૂરી કરનારા મજૂરો  
મીઠાઈ ખાતા હોય તો કેવું સારું ! મુસલમાન મજૂર, મોટે ભાગે,  
મીઠાઈ ખરીદીને ખાતો જોવામાં આવે છે ત્યારે હિંદુ મજૂર જૂસ.  
૪ કાકતો જોવામાં આવે છે ! લળિયાં, પકોડી, ફરસાણ, ખમ્બણ  
ઠાકળાં—આથી જ લોકો પેટ ભરે છે. કોઈ દૂધ, મલાઈ કે લસી  
પીતાં નથી. “ ફરસાણ અને તેવ ખાઈને ગુજરાત નિર્વીર્ય બની  
છું છે. ” એમ એક વખત સ્વામીશ્રી હંસદેવજી મને કહેતા હતા.  
યારે તેની યથાર્થતા મારા સમજવામાં આવી ન હતી. હવે આજે  
તેનું રહસ્ય મારાથી સમજાય છે. ગુજરાત નિર્વીર્ય થતું જાય છે  
એ વાત સાચી લાગે છે. ગુજરાતીઓનાં શરીરો ખુલ્લાં રખાવી જુઓ.  
ઠાઈના બદન ઉપર ગૂર નહિ લાગે. ઘણાને તો જોવા ગમશે જ  
તહિ. સાવ નિર્માત્મ, દુર્બળ, માથકાંગલા ! ગુજરાતી તરીકે આ  
તરકકાસો જોઈ મને લાજ આવે છે. આપણી વચ્ચે રહેતા મરાઠાઓને  
જુઓ, કેવાં સુંદર ખડતલ શરીર લાસે છે ! “ ગૂદજત્રુ, ” “ લખ્ય-  
પીતાંસખાહુ, ” “ વૃષસ્કંધ, ” આવાં લખ્ય શરીરોનાં દર્શન લાગ્યે જ  
રાય છે. ગુજરાત વ્યાયામ પ્રચાર મંડળે ખૂબ પ્રયત્નો કર્યા છે.  
કુરાણી લાઈઓનું ગુજરાત કાણી છે અને રહેશે પરંતુ હજી  
વ્યાયામનો શોખ લોહીમાં જિતયો નથી, ઉપરછલ્લો જ રહ્યો લાગે  
કે. કોમળતા વધતી જાય છે અને તેમાં ગૌરવ મનાય છે ! આ.



છતા ગુજરાતમાં ફરજિયાત મિલિટરી ટ્રેકનિંગ કેમ કોઈ દાખલ કરવાનો વિચાર સુદ્ધા કરતું નથી ? પોલીસમાં ગુજરાતીઓ કયા છે ? મિલિટરીમાં કયા છે ? નથી કારણ કે ખખડબળ શરીર નથી યુનિ-હર્સિટી કેડેટ કોરમાં ગુજરાતીઓ નહિ જોના છે આટઆટલી કોમ્પીટીટિવ પરીક્ષાઓમાં કયાય ગુજરાતી શોધ્યો જડતો નથી ગુજરાતની અસ્મિતા ગાનારા કયે મોઢે અસ્મિતા ગુજો છે ? ગુજરાતનું લખિય મને લય કર લાસે છે ગુજરાતી તરીકે તેતું મને પારાનાર દુખ થાય છે

ગુજરાતના ગામડામાં દૂધઝાસના દર્શન દોહના થયા છે કોઓપરેટિવ સેતસાયટીઓ કાઢી બધું દૂધ શહેરોમાં વેચાના આવે છે કોઈ ગામડામાં દૂધ ખાતું જ નથી કે બચ્ચાને પાવા પણ દૂધ આપતા નથી હું ધણાને પૂછું છું તો નનટાકથી પાશેર દૂધ બચ્ચાને પાવા અપાય છે ! સગસો ભાઓ, માતાઓ, કુમળા બાળકોને દૂધની વિશેષ જરૂર છે પરંતુ આ પોથીમાં જ રહ્યું છે દૂધની અગત્યતા કોઈ સમજતું જ નથી આજના ગામડા મને સાવ નિસ્તેજ, નિર્મોહ્ય લાગે છે દૂનળા ઢેડ લગી વગેરેને દૂધ તો દૂર રહ્યું, પાણી જેવી ખાતી ઝાસ પણ પીના નથી મળતી ! હવે ગામડામાં મેટરનિટી હોમ્સ ખૂનવા લાગ્યા છે, તે માટે ધનાઢ્યોમાંથી દાન મળી રહે છે ! પરંતુ કોઈ ધનાઢ્યને ગામડામાં ઝાસની પરબ બેસાડવાનું સૂઝતું નથી ગામડામાં પ્રાથમિક નિશાબોમાં લણુતા બાળકોને રાત્રી તરફથી મક્ત દૂધ આપવાની યોજના કોઈ વિચારતું નથી હોસ્પિટલો વધુ કેમ કાઢવી, મોનાર્કન હોસ્પિટલો કેમ દેલાવવી-તેનો જ વિચાર આપણા આરોગ્ય પ્રધાનોને આવે છે પરંતુ હોસ્પિટલો ઝોઝી કેમ ચામ, રપ-પ૦ વષે હોસ્પિટલો સન્તર બધ ચર્ધ જાય એવું વિચારવાનો કે યોજના કરવાનો વિચાર જ નથી સ્ફૂરતો ! મેડિકલ કોનેજો પાછળ લખલૂ ખર્ચ કરવામાં આવે છે પરંતુ આવી સાદી યોજના માટે કોઈને સ્વપ્ન જ નથી આવતું ! ગામડા લાગી

રહ્યાં છે, ત્યાંનાં સ્ત્રીપુરુષો અને બાળકો સત્વહીન ખોરાક ખાઈને હજારો રોગોના ભોગ બનેલા છે. નથી દૂધ પીતાં નથી જાસ પીતાં ! નથી તામ્ર શાકભાજી ખાતાં !

હું આરોગ્ય-પ્રધાન હોઈ તો પ્રત્યેક ગામનાં બાળકોને (૧૦ વર્ષ સુધીનાં બાળકોને) મક્ત દૂધ મળી રહે એમ કરું અને દરેક ગામમાં જાસની પરખ બસાવું. ૧ પૈસામાં ૧૧૧ શેર જાસ મળે એવું કરું. એક વર્ષમાં આ બાળકોના બદનો ઉપર કેવી અસર થઈ તેની નોંધ રખાવું અને આ યોજના ક્રમશઃ ગુજરાતભરમાં ફેલાવું.

જાસની પરખ ! ઘણાંને હસવું આવશે. પરંતુ આ વ્યવહાર વાત છે. હેલ્થ ડેન્ડરન્સો, નિષ્ણાતોનું આવાગમન, લાડાંલધ્યાંમાં ચતુ' લાખોનું ખર્ચ—આ બધાંમાં નાણાંની રેલમછેલ ચાલી રહે છે. એવો દિવસ લાગ્યે જગે છે બ્યારે આવા આન્તરરાષ્ટ્રીય જલસાઓમાં અહીંતહીં બિડાગિડ કરતા મોટા અમલદારોને હું ન જોતો હોઉં અને કરોડો રૂપિયાની મોટી યોજનાઓ વાંચીને હું મુગ્ધ થાઉં છું. કોઈને નાની વાત ગમતી જ નથી. ગંભીર યોજનાઓ સિવાય કોઈને એન જ નથી પડતું ! અને આ બધું રિપોર્ટો શાયુગારવા ચાલી રહ્યું છે ! જગતની સુધરેલી પ્રજાઓમાં આપણે પણ આગળ પડતા છીએ એ બતાવવાનો ભાવ આ બધાંના મૂળમાં છે. કલ્યાણ યોજનાઓમાં પણ કયાંય આરોગ્યનાં દર્શન નથી થતાં ! આ બધું જોઈ ચિત્ત ખેદ પામે છે અને નિસાસો નંખાઈ જાય છે !

આપણામાં મૌલિકતા (originality) મરી પરવારી છે. બધા જ ગતાનુગતિક થઈ ગયા છે : એકે કર્યું તે બીજાએ કર્યું બાવો નાઓ એટલે બાવી પણ નાગી. 'ફેમિલી પ્લાનિંગ' નું વ્રત હમણાં ઠીક ચાલ્યું છે, એના પુરસ્કર્તાઓને મન દેશના ઉદારની ચાવી એમાં જ દેખાય છે. ઘટઘટમાં આપેલી ગરીબાઈ અને અગાનનો કોઈ વિચાર જ કરતું નથી. આવી પછાત પ્રજામાં આવી કોઈ સુધરેલી

બાઈ યા ડોક્ટર સ્ત્રી આવીને બેસી જુએ તો સારું. કેટલી વીસે સો થાય છે ત્યારે તેને સમજશે. બાકી શહેરોમાં લાખો ગળવવા, કાન્દરનો યોજવી, લાખોનું પાણી કરવું, યુવાન પ્રજના ચિત્તમાં વિષખીજ સિચવાં, અઘાનોમાં બુદ્ધિબેદ ઉત્પન્ન કરવો—આ બધું માનસદષ્ટિએ શોચવું વિચારવું ઘટે છે. પરંતુ નવીનતાનો મોહ સુધરેલું—progressive ગણાવવાનો અહમ્—આ બધું હવે કેમે કહી બય એવું નથી.

હમણાં જ વાંચ્યું કે જાતીય સાહિત્ય—ખીલત્સ સાહિત્ય નો આપણાં શહેરોમાં રાફડો ફાટ્યો છે. દરેક રટોલ ઉપર આ સાહિત્ય છડેચોક વેચાય છે. યુવાન અને યુવતીઓ તે વાંચે છે માનવચિત્ત-વૃત્તિના અભ્યાસ વિના સાયન્સની બધી જ શોધો લય'કર નીવડવાની છે. 'સિનેમા, જાતીય સાહિત્ય, ફેમિલી પ્લાનિંગ, સંતતિનિયમન,— આ-બધું' અનર્ગલ વિષયવાસના જમાવી રહ્યું છે અને દુબ'જ પ્રજાને એર જ નિર્મોલ્ય બનાવી રહ્યું છે. પ્રહાયર્, યમ, નિયમ વગેરેની ઠેકડી આલી રહી છે. બધી સારી વસ્તુઓને વિકૃત કરી બતાવવામાં આવે છે. ફ્યુઝના કામેણાવાદે મર્યાદાઓ તોડવા માંડી છે. અર્થ એ જ આરાધ્ય દેવ, મદન એ જ મહાપ્રભુ—આ આજનો જમાનો છે. વિદ્યાને લય'કર વસ્તુઓ જંગલી માણસો (પછી ભલે તે સુધરેલા લાગતા હોય) ના હાથમાં મૂકી છે. આ સંહાર ક્યાં જઈ અટકશે તે કહેવાની કોઈ ધ્રુષ્ટતા નહિ કરી શકે.

અને આ ઇન્કેશનોનો મારો ! ડોક્ટરો કહે છે કે દરદીઓ પોતે જ ઇન્કેશનો માગે છે એટલે અમે આપીએ છીએ ! વાહ ! વાહ ! ડોક્ટરોએ પ્રથમ ઇન્કેશનો ધુસાડ્યા. વિવેકહત દરદીઓને લાગ્યું કે ઇન્કેશનોમાં જનદુ છે ! ઇન્કેશનોએ માઝા મૂકી છે એમ કહું તો ચાલે. ૫૦૦-૧૦૦૦ સુધી ઇન્કેશનો ખોસવામાં આવે છે ! હમણાં એક ડોક્ટર નિવાયત દશ વર્ષ રહી આવ્યા છે. વાતચીતમાં

મને તેઓ કહે છે કે, “ અહીંના ડોક્ટરોનો વ્યવહાર જોઈ તે ઉપરથી એલોપથીને અન્યાય જ કરશો. તમે માનશો ? દશ વર્ષમાં મેં જોટલાં ઇન્જેક્શનો નહિ આપ્યા હોય તેથી વધુ મારા પત્ની અહીં એક મહિનામાં મારે છે. અહીં તો પૈસા કમાવા બધા જ પડ્યા છે. અમેરિકા-યુરોપમાં કોઈને ઇન્જેક્શનો આપતા પહેલાં ખૂબ વિચાર કરવો પડે છે. ” આપણા દેશની આજે આ દશા છે. પેનિસિલિનના શોધક અલેક્ઝાન્ડર ફ્લેમિંગે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં કહ્યું કે હિંદુસ્થાનમાં પેનિસિલિનનો જોટલો દુર્ઘટક થાય છે તેટલો ખીજો કર્યાંય થતો નથી. અરે પેનિસિલિન બાજુ મૂકો, સ્ટ્રેપ્ટોમાઈસિનની વાત કરો. વિદ્વાનો કહે છે કે ક્ષયમાં સ્ટ્રેપ્ટોમાઈસિન તદ્દન નિરુપયોગી છે. પરંતુ કોણ સાંભળે છે ? ૪૦-૮૦ ઇન્જેક્શનો આપ્યા પછી પણ ખીજો કોર્સ આપવાની ડોક્ટરો વાત કરે છે ! વીર્મવાન દવાઓનો આવો દુરુપયોગ ! હિંદુસ્થાન જેવા અર્ધજૂખ્યા દેશમાં વીર્મવાન દવાઓનો મારો મારો મન ફાજદારી અપરાધ જેવો છે. હું આરોગ્ય પ્રધાન હોઉં તો ઇન્જેક્શનો સદંતર બંધ કરાવી દઉં. આ ગરીબ દેશનાં દુર્બળ શરીરોમાં ડોક્ટરો જે ઝેર નાખી રહ્યા છે તે જોઈ ચિત્ત ખેદ પામે છે. કોઈ પણ દેશમાં આટલું જિંટવૈદ્ય નહિ ચાલતું હોય ! મોટરો દોડાવવી હોય તો આ સિવાય નહિ જ ચાલે. આરોગ્ય પ્રધાન ખીયારા આ બધું સમજે છે પરંતુ જે માયા સર્ગર્ધ રહી છે તેમાં તે ખીયારા કંઈજ નહિ કરી શકે. અને આ બધું Scientific medicine ને નામે ચાલી રહ્યું છે. જો આ જ સાયન્સ હોય તો પછી કુવેકરી કેવી હશે ? કોઈ માનુષી હૃદયમાં આ અટકાવવાની તાકાત નથી. ડોક્ટરોનું દેખી હવે તો તેમના કંપાઉન્ડરો અને અણગદ વૈદ્યો પણ તેની પાછળ પડ્યા છે. અને આ જ ડોક્ટરો ખીયારા વૈદ્યોને ‘ જિંટવૈદ્યો ’ કહે છે ત્યારે મને હસવું જ આવે છે. પેટન્ટ દવાઓ ( એની પાછળ પણ અર્થવાદ જ છે. ) ઇન્જેક્શનોનો અવિચારી ઉપયોગ, પરદેશની દવાઓનો

અજબ મોહ, વિટામિન્સ અને લિવરનો થતો દુર્વ્યય—આ બધું આરોગ્યના ખાનિગમા સ્થાન પામશે કે નહિ ?

રેશનિંગમા નિસત્વ અનાજ ખનડાવી પરદેશીની કપનીઓ દિંદને વિટામિન્સ ટેબ્લેટસનુ દાન કરે છે ! આપણા અમૃતકુવર તેનો સ્વીકાર કરે છે અને અહીં તહી વહેચે છે ! આ શુ ચાલી રહ્યું છે ! વિટામિનનુ તૂત પણ ભારે ચાલ્યું છે વિટામન સિવાય તો ચાલે નહિ એમ એક વિદ્વાને મને કહેનું ત્યારે તો આ પ્રચાર વિષ લોહીમા નહિ પણ મજ્જા સુધી જીકુ ગતયું છે એનો મને ખ્યાન આ યો ! સવાર પડતા જ દરેક ડોક્ટરના ટેબલ ઉપર ટપાલમા થોકડાબધ બહેંગખખરિયા માહિત્ય આવીને પડે છે આપણા કન્સલટન્ટો તે ગોખે છે અને ખીજે જ દિવસે દરદીઓને લખી આપે છે કન્સનર્ટિંગ પ્રેક્ટિસ પણ આજે એક ઉપહામપાત્ર બની ગઈ છે યા બની જતી લાગે છે ! આ ચિન મનમા અવનના વિચારો જન્માવે છે અને મારા કર્તવ્યપથને કદિન બનાવે છે

ખરી વાત એ છે કે આજે આરોગ્યની કાઈને જ પડી નથી આજે તો પૈસો, એશઆરામ, વિનાસ—આ જ સૌને જોઈએ છે આરોગ્ય એ તો દુરાસાધ્ય દેવતા છે આ દેવતાની પધરામણી કરાવવી હોય તો અમુક જાતનું વાતાવરણ જોઈએ ભગવાનની કૃપા અવતારવી હોય તો નીચેની ભૂમિકા સુદર સ્વચ્છ રાખવી પડશે. આજે તો સો મથુ તેને અધારુ લાસે છે

‘તમસો મા જ્યોતિર્ગમય ।’



૬ : પાણી

ભગવાન સુષુતાચાર્યે પાણી વિષે જે સૂક્ષ્મ વિવેચન કર્યું છે તે વાન્યા પછીથી આધુનિક આરોગ્યશાસ્ત્રીઓ (હાઈજીનિસ્ટ્સ)

જે પાણી વિષે જે વિચાર કર્યો છે તેના કરતાં સુશ્રુતની જલમીમાંસા કૃત્તી સર્વગ્રાહી છે તે સમજાય છે. લગવાન સુશ્રુતના શબ્દોમાં જ 'જલમીમાંસા' વાંચકો આગળ ધરવામાં આવે છે.

અંતરિક્ષમાંથી ત્રીણી લીધેલું વરસાદનું પાણી અવ્યક્ત રસવાળું છે, અમૃત મમાન છે, પ્રાણુ ધારણુ કરનાર છે, તૃપ્તિ આપનાર છે, ઝોજની વૃદ્ધિ કરનાર છે, શસ્ત્રપાતાદિવ્યયામાં શરીરનું ધારણુ કરનાર છે, આત્માસન આપનાર છે, બહુ મહેનત કરવાથી લાગેલા યાકને તેમ જ અધ્યાયાસકૃત શ્રમનો નાશ કરનાર છે, તરસ, મઘ વગેરેથી થયેલો મદ, મૂર્છો, તંદ્રા, નિદ્રા, દાહ વગેરેને શાંત કરનાર છે અને સર્વ કાળમાં, સર્વ દેશોમાં, સર્વ પુરુષોમાં તથા સર્વ આધિઓમાં પર્યવસે છે. સ્વસ્થ માણસને તો તે અતિશય પર્યવસે છે.

જે જ વરસાદનું પાણી અરણિ પર પડે છે ત્યારે નદી, નદ, સરોવર (પુરુષવ્યાપાર વિના તૈયાર થયેલાં), તલાવો, વાવ, કૂવા, પર્વત આદિ જિંયાં ગ્યાનોમાંથી પડતાં ઝરણાંઓનાં સ્થાનો (પર્વત ઉપરનાં), જમીનમાંથી ભેશભેર જિંને જિડતા પાણીવાળા સ્થાનો, શીરડા, ક્યારડા અને જલપૂર્ણ મોટા ખાડાઓ વગેરે સ્થાનોના મહિમાને લીધે મધુર આદિ છ રસોમાંથી કોઈ એક રસને પ્રાપ્ત થાય છે.

કેટલાક આચાર્યો કહે છે: “વરસાદનું પાણી રાત્રી જમીન ઉપર પડવાથી મધુર થાય છે, કપિવવણી જમીન ઉપર પડવાથી ખાટું થાય છે, પાડુવણી જમીન ઉપર પડવાથી ખારું થાય છે, સ્યામવણી (નીલ) જમીન ઉપર પડવાથી તીખું થાય છે, પીળા જમીન ઉપર પડવાથી કડવું થાય છે અને મરદ જમીન ઉપર પડવાથી તૂડું થાય છે.”

પણ તેઓનું આ મત્તવ્ય વ્યાજબી નથી; કારણ કે પૃથ્વી આદિ ભૂતોના પરસ્પરમાં અનુપ્રવેશને લઈને તે અનુપ્રવેશની વધવટ પ્રમાણે જલમાં મધુર આદિ રસો થાય છે. જે પૃથ્વીમાં પર્યિવ ગુણો અધિક

હોય તે પૃથ્વી ઉપર પડેલું પાણી ખાટું અને ખારું થાય છે; જે પૃથ્વીમા જળના ગુણોની અધિકતા હોય તે પૃથ્વી ઉપર પડેલું પાણી મધુર થાય છે; અગ્નિના ગુણ અધિક હોય તે પૃથ્વીમા પડેલું પાણી તીખું તથા કડકું થાય છે; જેમા વાયુના ગુણો અધિક હોય તે પૃથ્વી ઉપર પડેલું પાણી તૂરું થાય છે; જેમા આકાશના ગુણો અધિક હોય તે પૃથ્વી ઉપર પડેલું પાણી અવ્યક્ત રસવાળું હોય છે, કારણ કે આકાશ જાતે અવ્યક્ત છે જો અંતરિક્ષ જલ ન મળે તો જેમા આકાશના ગુણો અધિક હોય એવી જમીનનું પાણી તે અવ્યક્ત રસનાળું હોવાને લીધે પ્રધાન છે અને પીવા યોગ્ય છે.

અંતરિક્ષ જમ ચાર જાતનું છે.—(૧) ધાર, (૨) કાર, (૩) તૌપર અને (૪) હૈમ વરસાદની ધારાઓમાથી ત્રીલેખું પાણી ધાર; કરા પડે છે એનું જલ કાર; રાતે પડેલા આકાશનું પાણી તૌપર અને રેડીકશિનાશકવસદશ હિમ પીગળીને જે જલરૂપે વરસે છે તે હૈમ કહેવાય છે. આ ચાર જાતના આંતરીક્ષ જલોમા ધારજળ હલકું હોવાને લીધે પ્રધાન—મુખ્ય ગણાય છે. ધારજળ વળી પાણું ગાગ અને સમુદ્ર એ જો જાતનું છે. ગાગ જળ ઘણું કરીને આસો મહિનામા પણ નરમે છે ગાગ જળ અને સામુદ્ર જલની પરીક્ષા કરવી જેમા જગ પચ્ચ સડો કે વિવર્ણપણું ન હોય એવો જાતનો પિંડ ડપાના વાસણમા ગળીને તે વાસણ વરસાદમા બહાર રાખવું. થોડીવાર વરસાદમા રાખતા એ પિંડ જો એવો ને એવો જ રહે તો જાણવું કે ગાગ જળ પડે છે; અને જો તે પિંડનો વર્ણ બદલાઈ ગયો હોય કે જાનના દાણામા પચપચાટ થઈ જાય તો જાણવું કે સામુદ્ર જળ પડે છે. સામુદ્ર જળ લેવું નહિ સામુદ્ર જળ પણ જો આસો મહિનામા લીવેનું હોય તો તે ગાગ જળ જેવું જ કામ કરે છે. પણ ગાગ જળ પ્રધાન છે અને તે આસો મહિનામા લેવું અને તે એવી રીતે કે વરમામા અદ્ધર અવ્યક્ત વસ્ત્રને પહોળું કરી તેના એક ભાગમાથી પડતું જળ લેવું અથવા રવચ્છ મહેલના ઉપરના ભાગ ઉપરથી પડતું

હોય તે લેવું અથવા અતિ સ્વચ્છ પાત્રોથી તે પાણી ત્રી-ત્રી લઈને સોનાના, ડાળાના કે માટીના પાત્રોમાં રાખી મૂકવું. તે પાણીને સર્વ કાળમાં ઉપયોગ કરવો. આના અભાવમાં એટલે જે આ ન મળે તો પછી પૃથ્વી પર પડેલું જળ (મૌમ) લેવું, પણ તે એવું લેવું કે જેમાં આકાશના ગુણોની અધિકતા હોય આ પાણી (મૌમં જલમ્) સાત પ્રકારનું છે—દૂધાનું, નદીનું, સરોવરનું, તળાવનું, ઝરણાનું, પૃથ્વીમાંથી નીકળીતું હોય તેવું અને બાધ્યા વગરના દૂધાનું.

વર્ષાકાળમાં (આસો માસમાં) અતરિક્ષ જળ અથવા પૃથ્વીમાંથી લઘુકાળેર નીકળતું જળ સેવવું કારણ કે તે ઉત્તમ ગુણવાળું છે. શરદ-ઋતુમાં સઘળા જળ સ્વચ્છ હોય છે માટે સર્વ (ઉપર કહેના બધા જ) જળો સેવવા. હેમન્તકાળમાં મરોતરોનું કે તવાવોનું જળ એવું. વસંતકાળમાં દૂધાઓનું કે ઝરણાનું જળ સેવવું, શ્રીષ્ઠમાં પણ આ જ રીતે જળનું સેવન કરવું. પ્રાતઃકાળમાં બાધ્યા વગરના દૂધાનું અથવા જળનું જળ સેવવું; વગસાદ ન થયો હોય ત્યાં સુધી સરોવર અથવા તળાવના જળનું સેવન કરવું.

અપાદ, શ્રાવણ અને ભાદરવા મહિનામાં નવું પાણી કીડા, મૂન, ઝાડો, ઈંડા અને મુઝાના સડાથી દૂષિત હોય છે, ધામ અને પાદડાના કચરાથી યુક્ત હોય છે, ડહોળાયેલું હોય છે અને ગંધાતર તેમ જ જગમ વિષયુક્ત હોય છે. વર્ષા-ઋતુમાં આવા પાણીમાં જે માણુમ નડાય અથવા આ નવું પાણી જે માણુમ પીએ તેના માણુસને કોઈ જેવા બહારના રોગો અને જનક જેવા અદરના રોગો તુરંત જ થાય છે.

કાદવ, શેવાળ, જલશ ખના (જલકુલા), ધામ, કમળના પાન ઇત્યાદિથી ઢકાયેલું અને ચંદ્રસૂર્યના ઝિરણોનો કે પરનનો સ્પર્શ ન થતો હોય એવું; ગંધ, વર્ણ અને સ્પર્શથી યુક્ત થયેલું જે જળ હોય તેને બગડેલું સમજવું. એવા પાણીના અર્થદોષ,



રૂપદોષ, રસદોષ, ગંધદોષ, વીર્યદોષ, વિપાકદોષ, એ છ પ્રકારનાદોષો છે ખરસટપણું, ચીકણ, પૃથ્વીની બાફથી ગરમપણું અને દાતો કળે એવું દડાપણું—એ સ્પર્શદોષો ગણાય. કાદવ, શેવાળ, રેતી અને અનેકરૂપપણું એ રૂપદોષો ગણાય છે રસનું સ્પષ્ટપણું એ રસદોષ ગણાય છે ખરાબ ગંધ એ ગંધદોષ ગણાય છે. જે પાણી પીવાથી તરસ, લારેપણું, શ્વેત, તથા વારવાર કંઈનું થૂકવું થાય છે તે વીર્યદોષ ગણાય છે. જે પાણી પીવાથી લાખા વખતે પચે અથવા પેટમાં ગુડગુડાટ થાય તે વિપાકદોષ ગણાય છે. આ દોષો આતરીક્ષ જલમાં તેમ જ આકાશગુણબુધિષ્ટ જલમાં નથી હોતા.

અગ્નિથી ઉકાળવું, સૂર્યના તડકાથી તપાવવું, તપાવેલા લોઢાનાં ગોળાથી, રેતીથી કે ઇંટ વગેરેથી ઝામવું અને નાગકેસર, રાજ્ય પો સુગંધી કમળ કે પાટવાના પુષ્પો વગેરે એ જલમાં નાખવા—વગેરે બગડેલા જળને સ્વચ્છ કરવાના ઉપાયો છે.

સોનાના, રૂપાના, તાબાના, કાસાના, મણિના કે માટીના વાસણમાં રાખેલું અને પુષ્પો નાખી સુગંધિત બનાવેલું સુગંધી પાણી પીવું.

બગડેલું તથા ઝટું વગર પડેલું જળ સર્વદા છોડી જ દેવું. એ જળ દોષોને ઉત્પન્ન કરનારું અને અદિત છે માટે તેને લેવું નહિ. જે માણસ બગડેલા જળને ઉકાળ્યા વિના પીએ છે તેને સોળે પાકુરોગ ચામડીના રોગો અને મદાગ્નિ, શ્વાસ, ખાસી, સળખમ શ્વેત, ગોળો, ઉદરરોગ તથા બીજાં પણ કેટલાક વિવિધ રોગો દુરંત જ થાય છે.

ડહોળાયેલા—મેલા જળને સ્વચ્છ કરવાના સાત ઉપાયો છે — નિર્મળા, ગોમેદ નામનો મણિ, કમળનું મૂળ, શેવાળનું મૂળ, વસ્ત્ર મોતી અને સ્ફટિક.

જળભરેલા વાસણોને પાટિયા, આદિ હાસવાળા ત્રિપદીએ મુજબાસની હીંદોણીઓ, માચીઓ અને શીંકાઓ આ પાંચ ઉપરાખવ

જળને દંડુ કરવાના સાત ઉપાયો છે.-(૧) પનવાળી ખુલ્લી જગોમાં રાખવું. (૨) વામણ ઉપર ચોતરફ કપડું વી ટાળીને તેની ઉપર પાણી છાટ્યા કરવું. (૩) લાડી વગેરેથી બનાવેના યત્રમાં જળના પાત્રને લઈને ફેંવવું (૪) પખા નાખના. (૫) વસ્ત્રથી ગાળવું. (૬) જળના પાત્રને રેતીમાં દાટી રાખવું અને (૭) શી કે લટકાવવું.

જે જળ ગંધ વગરનું, અત્યંત રસનાળું, તરસ છીપનાડું, પવિત્ર, દંડુ, સ્વચ્છ, હલકું અને મનને ગમે તેવું હોય તે જળ ગુણવાળું કહેવાય છે.

પશ્ચિમાભિમુખી નદીઓ હવકા જળવાળી હોવાથી પથ્ય છે. પૂર્વાભિમુખી (પૂર્વ તરફ વહેનારી) નદીઓ ભારે જળવાળી હોવાથી સારી નથી ગણાતી દક્ષિણાભિમુખી નદીઓ સાધારણ છે માટે બહુ દોષવાળી નથી. \* સહ્યાદ્રિમાથી નીકળતી નદીઓ ક્રોધને ઉત્પન્ન કરે છે. વિન્ધ્યાચલમાથી નીકળતી નદીઓ ક્રોધ તથા પાકુ રોગ ઉત્પન્ન કરે છે. રમલયાચલમાથી નીકળતી નદીઓ ક્રૂમિ ઉત્પન્ન કરે છે. મહેન્દ્રપર્વતમાથી નીકળતી નદીઓ શ્લીષ્ઠ (હાથીપગું) અને ઉદરરોગને ઉત્પન્ન કરે છે હિમાલયમાથી નીકળતી નદીઓ હ્રોગ, સોજો, શિરોરોગ, હાથીપગું, ગવગંડ વગેરેને ઉત્પન્ન કરે છે. (ટીકાકાર શ્રી ડક્લન કહે છે કે હિમાનયના ઉપરના ભાગમાથી વહેતી નદીઓ પથ્ય છે અને નીચેના ભાગમાથી વહેતી નદીઓ હરદોને ઉત્પન્ન કરનારી છે.) માળવા (ઉજ્જન તરફના પ્રદેશ)ના પૂર્વ દિશાના પર્વતોમાથી તેમ જ પશ્ચિમ દિશાના પર્વતોમાથી વહેતી નદીઓ હરસને જન્મ આપનારી છે ઉપારિયાત્ર નામના પર્વતમાથી વહેતી નદીઓ પથ્ય છે અને બલ તેમ જ આરોગ્યને આપનારી છે.

૧ મહેન્દ્ર એટલે ઉત્તર પ્રાન્તમાં આવેલી ટેકરીઓ ૨ મયય=દક્ષિણ તરફના પહાડો, નીલગિરિ એમાં જ આવી જાય છે. \*સહ્ય એટલે સહ્યાદ્રિ અથવા પશ્ચિમઘાટ. ૩. પારિયાત્ર એટલે અરવલ્લી (‘પૂર્વેરમ’ પા. ૩-૪)

જે નદીઓ ઉતાવળા વેગનાળી (શીઘ્રવહા) અને નિર્મળ જળવાળી હોય છે તેના પાણી હનકા ગણાય છે જે નદીઓ શેના જથ્થા દ્રકાયેની ગદા પાણીવાળી અને મદ વેગનાળી હોય છે તેના પાણી ભારે ગણાય છે ઘણું કરીને મરુદેશની નદીઓ તિકત અને લવણ રસોવાળી કઠ્ઠક તૂરી તથા મધુર હોય છે તે નદીઓનું પાણી પચવામા હલકુ છે અને જળ આપનારુ છે

મર્વ જાતના પૃથ્વીના જન (મૌમ જલ) સવારમા વહેના ઊગી ભરી લેના, ક રણુ કે એ વખતે પાણી ધ્રુવા નિર્મળ અને હડા હોય છે અમનત્વ અને શૈત્ય એ જળના મુખ્ય ગુણો છે

જે જળના ઉપર આખો ન્વિસ સૂર્યના કિરણ પડતા હોય અને રાત્રે ચંદ્રના કિરણો પડતા હોય તે જન રુક્ષ અને અભિધ્વદિ (રસનહન કરનાર શિરાઓને જે રૂષે છે તે દ્રવ્ય 'અભિધ્વન્દિ' કહેવાય છે) ન હોવાને લીધે આતરીક્ષ જનના જેવુ ગણાય છે

સારા વાસણમા લઈ રાખેલુ આતરીક્ષ જન ત્રિદોષધન છે ખનને વધારનાર છે રસાયન (વિશિષ્ટરસાદિઉત્પાદનાત્ રસાયન સ્વસ્થાતુરોપયોગિ।) છે મેખ્યનેા જુદિવર્ધક એવો અર્થ થાય પણ ટીકાકારે પવિત્ર એવો અર્થ કયો છે જો એ જળ અતિ અષ્ઠનાસણુમા (પાનમા) ભરનામા આ યુ હોયતો અધિક ગુણ કરે છે

ચંદ્રકાન્ત મણિનુ જળ રક્ષોધન (કૃમિધન-જતુધન) છે શીતલ છે સુખાનહ છે, જ્વર, દાહ અને નિપતે ટાળનાર છે પિત્તધન છે અને નિર્મળ છે

મૂર્છા પિત્ત દાહ વિષ, દુષ્ટ રક્ત મદાત્મય બ્રમ (ચક્કર), ક્ષુબ્ધ શ્વાસ મોહ બિવટી અને બર્ધનગ રક્તપિત્ત-એ રોગોમા ગતન જળ વખણાય છે (શરત અને ગ્રીષ્મ ઋતુમા પણ શીતન જળ દેવુ ઉત્તમ છે)

પડખાનુ ચાગ સંગેખમ વાયુના દરદો, ગનગ્રહ આક્રો-ક્રોધાનુ રતન્ધપણુ નવીન જ્વર, હેડગી વગેરે રોગોમા શીતન જલનેા ત્યાગ

કરવો. જો દિવસે શોધન ક્યું હોય તે દિવસે અથવા તે દિવસ પછી સાત દિવસ સુધી તેમ જ રનેહપાન કર્યા પછીથી શીતલ જળનો સ્વાગ કરવો.

નદીઓનું પાણી વાયુ કરનારું, રુક્ષ, દીપન, હલકું અને કફ તથા મેદને ઉખેડનારું (લેખન) છે. જો નદીનું પાણી મધુર તથા ઘાટું હોય તો અભિષ્યન્દિ છે, ભારે છે અને કફ કરનાર છે.

સરોવરનું જલ તરસને મટાડનાર છે, જળ આપનાર છે, તૂરું છે, મધુર છે, હલકું છે. તલાવનું પાણી વાયુ કરનાર, સ્વાદિષ્ટ, તૂરું અને કટુવિપાકવાળું છે.

વાવનું જળ ક્ષારવાળું<sup>૧</sup> છે, વાયુ અને કફને હરનાર છે, તીખું અને પિત્તને વધારનાર છે.

ફૂવાનું પાણી ક્ષારવાળું<sup>૨</sup> છે, પિત્તને કરનાર છે, કફને હલનાર છે, જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનારું છે અને હલકું છે.

નદિ બાંધેલા ફૂવા (ચૌટ્ય)નું પાણી અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરનાર છે, રુક્ષ છે, અને મધુર છતાં કફ કરનારું નથી.

ઝરણાનું પાણી કફન છે, અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર છે, ઉદયને પ્રિય લાગે એવું છે અને હલકું છે.

પૃથ્વીમાંથી ભભૂકી નીકળતું પાણી (ઔઝિદ) મધુર છે, પિત્તને શાંત કરનાર છે અને વિદાહિ નથી (સારી રીતે પચી જનાર છે.)

વીરડાનું પાણી ક્ષારવાળું<sup>૩</sup> હોય તો તીખું, કફને હરનાર, હલકું અને અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર છે. (મીઠું હોય તો નિર્દોષ, મધુર અને કફને કરનાર છે.).

૧ ફૂવા અને વાવના પાણીમાં ક્ષાર હોય છે અને નથી પળ દેતો. ક્ષાર હોય તો પિત્તને કરનારું અને ન હોય તો તે પિત્તન અથવા મધુર હોય છે.

ક્યારડાનું પાણી વિપાકમા મધુર છે, ભારે છે અને દોષોને ઉત્પન્ન કરનાર છે ખાળેચિયાનુ જલ ક્યારડાના જલના જેવા જ ગુણવાળુ છે, નિશેષ કરીને દોષોને ઉત્પન્ન કરનારુ છે

સમુદ્રનુ પાણી ખરાબ ગંધવાળુ ખારુ અને સર્વ દોષોને કરનારુ છે

આનૂપ દેશ (જે દેશમા પાણી ખૂબ હોય તે દેશ)નુ પાણી અનેક દોષવાળુ છે, અભિધ્યન્દિ (દોષોને ઉત્પન્ન કરનાર છે) અને તેથી તે હલકા પ્રકારનુ (ગર્હિત) છે

જાગન દેશ (નપાણિયો મુનક) સ્પર્શદિક ૭ દોષોથી રહિત છે અને ઉત્તમ છે

સાધારણ દેશ (જે દેશ બહુ પાણીવાળો ન હોય તેમ સાવ નિર્જલ પણ ન હોય એવો દેશ)નુ જળ પાકમા અવિદાહિ છે, તરસને હણનાર છે, પ્રીતિ વધારનાર છે, ઉત્તમ છે, અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરનાર છે, સ્વાદિષ્ટ છે, શીતળ છે અને હલકુ છે

ઉકાળાને અધું બાળા નાખેલુ (અધું પાણી બાકી રહેલુ) ગરમ પાણી કફ, મેદ વાયુ આમ, શ્વાસ ખારી અને તાનને હરનાર છે, અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર છે મૂનાશય સાફ રાખનાર છે અને સર્વદા પથ્ય છે

ઉકાળતી વખતે વેગથી તથા ફીણથી રહિત થયેનુ, નિમ્નજ, હલકુ અને ઉકાળાને ચોથા ભાગનુ અવશેષ રહેનુ ગરમ પાણી ઉત્તમ ગુણવાળુ છે

સમગ્રુ વૈદ્ય કદાપિ રાતવાસી રહેનુ જીનુ પાણી રોગીને દેવુ નહિ કેમકે તે ખારુ થયેનુ હોય છે, કફને કાઢનારુ હોય છે માટે જેને તરસ લાગી હોય તેવાઓ માટે એ હિતકર નથી

મદાત્મકથી ઉત્પન્ન થયેના રોગોમા, પિત્તથી ઉત્પન્ન થયેલા રોગોમા અને સન્નિપાતથી ઉત્પન્ન થયેના રોગોમા ઉકાળાને ઠંડુ પાડેનુ પાણી દેવુ એ ઉત્તમ છે

નારિયેળનું પાણી રિનગ્ધ છે, મધુર છે, દંડું છે, હૃદયને પ્રિય લાગે એવું છે, આમિ પ્રદીપ્ત કરનાર છે, મૃત્તાશયને સાફ રાખનાર છે, વીર્યને વધારનાર છે, પિત્ત અને તરસને મટાડનાર છે અને ભારે છે.

દાહ, અતિસાર, રક્તપિત્ત, મૂર્છા, મઘ અને વિષની બાધા, તરસ, બિલટી, બ્રમ વગેરેમાં બિનું કરીને દંડું પાડેલું જળ દેવું ઉત્તમ છે.

અરુચિ, સળેખમ, લાક્ષાસ્ત્રાવ, સોજો, ક્ષય, મંદ્રામિ, ઉદરરોગ, કુષ્ઠ, જ્વર, આંખના રોગ, વ્રણ અને મધુખ્રમેહ—આ રોગોમાં થોડું પાણી પીવું. (ન આણે ત્યારે જ પાણી પીવું.)



## ૭ : મેટરનિટી હોસ્પિટલો

થોડા દિવસ ઉપર એક પત્રકાર મિત્રને મળવાનું થયું. વાતચીતમાં એ બહુશ્રુત મિત્રે મને કહ્યું “વૈઘરાજ, શેા જમાનો છે! આજથી બરાબર સત્તર વર્ષ પહેલાં મારી સ્ત્રીને સુવાવડ આવવાની હતી ત્યારે મેં તેને અત્રેની મેટરનિટી હોમમાં મોકલી હતી. તે વખતે મારી આખી યાતિએ ‘હાય બાપ! હોસ્પિટલમાં સુવાવડ સૂવા મોકલાય? નહું’ ગાંડપણુ છે! ઇત્યાદિ’થી મને અને મારી સ્ત્રીને ટોકી ખાધી હતી. અરે અમને હડધૂત કરી નાખ્યાં હતાં. આજે સત્તર વર્ષના ગાળા પછી જ્યારે મારે ત્યાં સુવાવડ આવવાની હતી ત્યારે મેં મેટરનિટી હોસ્પિટલમાં ન મોકલવાનો અને ઘર આગળ જ ખાટલો દાળવાનો મનથી નિશ્ચય કર્યો હતો. આની જાણ થતાં મોતરકથી સ્ત્રીએ ‘હાય બાપ! સુવાવડ ઘેર થાય? હોસ્પિટલ તો હોસ્પિટલ જ!’ કહી મને મારા નિશ્ચય માટે ટોકવા લાગી. એવી એક પલ્લુ સ્ત્રી મેં ન જોઈ જોણે મારા વિચારનું સમર્થન

ક્યું હોય ! સત્તર વર્ષના સમયમા લોકમાનસમા કઈ જાતનો પનડો આવ્યો છે તે આથી તમે સમજી શકશો. છેવટે મેં તો સુનાવડ ઘેર જ કરી. પરંતુ મારી ઉપર શી વીતી છે તે હું જ જાણું છું. સાથે સાથે તમને બીજી એક વાત પણ કહી દઉં ખુઃ ડોક્ટરોની સ્ત્રીઓને મેટરનિટીમા સુનાવડ સૂવા જવું ગમતું નથી પરંતુ તેમની ઉપર બલાત્કાર-મળજેરી થાય છે અને તે બિચારીઓને જવું પડે છે. થોડા વખત પહેલા હું મારા સગા થાય છે એના એક બહેનની તબિયતના સમાચાર પૂછવા ગયો હતો. મેં તે બહેનને ‘ કેમ તબિયત આવી થઈ ગઈ ? ઘરમા ડોક્ટર ને આવી ફિક્કીફસ તબિયત કેમ ? ’ અને કહ્યું ‘ આ ડોક્ટરોની મેટરનિટી હોસ્પિટલોની મહોકાણુ. મૂર્ખ એમની મેટરનિટીઓ .. ’ હું આ ઉત્તરથી તારુ મ થઈ ગયો. મારો અનુભવ મેટરનિટીનો બહુ કડવો છે. એટલે આ ડોક્ટરપત્નીનો અભિપ્રાય સાલળા મને થોડી સાતા મળી . ...

“...ડોક્ટરની ઓએ મેટરનિટીમા સુનાવડો કરાવી અને બધી જ સુનાવડો કથળી ગઈ. છેવટે સ્વર્ગસ્થ મણિલાલ વૈદ્યની પડીઓ અને દવાઓ કરી અને ઘરસુનાવડો કરી ત્યાર પછી જ સંતાનો જન્મે છે. આવું તો ધાણુ છે. પરંતુ હવે આપણું કાણુ સાલળે છે ? જમાનો એવો નો ઝડપજેર પડાય છે કે એને કાઈ રાકી શકે એમ લાગતું નથી

“ તમારી મેટરનિટી કેમ આવે છે ? કઈ આયુર્વેદીયતા રાખી છે કે ગતાનુગતિકતા જ ? ”

“ હાન તુરત તો બહુ ફેરફાર નહિ જણાય આપણો સુનાવડોનો કોડો અમે બીજો જ દિનસથી શરૂ કરી દઈએ છીએ; અને બરાબર ૧૦ ટ્રિવિસ સુધી તે આપીએ છીએ નવીનતામા આટલું ૧. બાકી, પ્રસૂતાગૃહોમા આયુર્વેદના સંસ્કારો સીંચવાના છે. આપણી

ઘણી વાતોનો પ્રચાર કરવાનો છે ઈશ્વરેખા હશે તો ધીરેધીરે આ બધું કામ થશે”

હુ ઘેર આ થો ઘણા વિચારો આ-આ આચુર્વેદમા પ્રસૂતાશાસ્ત્ર સ્વતંત્ર શાસ્ત્ર નથી પણ તે થોડુંક ચરકસુત્રતમા છે તેમા જોટું છે તેટલા ઉપર વિચાર કરવા જેવો છે એ ખૂબ જ કાવ્ય કામ છે સાગરને ગાગરમા સમાવવાની સૂનસૈનીને લઈને આમ બન્યું નાજે છે બાળી સ્વલ્પમપિ અસ્ય ધર્મસ્ય ત્રાયતે મહત્તો મયાત્. એમ કહેવામા રજ પણ અતિશયોક્તિ નથી થતી

થોડા વખત ઉપર એક M Sc M A, LL B સંજ્ઞન મને મળના આવેના એમણે વાતચીતમા એમની પોતાની સ્ત્રીને અનુભવ મને કહી સલામ આ ‘ મારી સ્ત્રીની સુવાવડ થઈ ગે . ની દવા પ્રથમથી જ ચાનતી હતી સુવાવડમા તાન ભરાયો. ડોક્ટરોનું પચ ભરાયું બધાએ કેસને અતિગંભીર ગણ્યો કોર્ટએ ઓપરેશનની સલાહ આપી તે પણ થયું છતાં તબિયત દિનપ્રતિદિન બગડતી જ ચાની. છેવટે મે અરેના એક વૃદ્ધ વૈદ્યને બોલાયા તેમણે જોઈને મને કહ્યું ‘ ગભરાનાનું પ્રયોજન નથી હું એક કાંદો લખી આપુ છું તે બનારીને આપો ‘ મારો માણસ એ કાંદો ઝડુમા જઈને લઈ આ-ઓ વૈદ્યગત બીજો દિવસે આ-આ કાંદો જોયો ‘ ના આ નહિ હું લખી આપુ છું તે ઓસડિયા હમણા મગાવો, થોડા ખડાવો અને એ આપો ‘ તુરંત જ મે માણસને મોખ્યો બધા ઓસડિયા વૈદ્યગતે બધા નોકર પાસે ખડા-આ, ગંદો કરા થો અને દરદીને પાયો તમે માનજો ? બીજો જ દિવસથી તાવ નરમાવા લાગ્યો અને મારી સ્ત્રી મચી ગઈ બાળી અહીંના એકેએક ગે ટંગે હાથ ધોવડાવ્યા હતા વૈદ્યગત તો જોઈને તરત જ હેનું કે આ કેસમા ગભરાવા જેવું કંઈ જ નથી આ ‘ દેવદાર્યાદિ કાંદો ‘ હતા. વૈદ્યગત તો કહેતા હતા કે આપણું દેશમા આ કાંદો દરેક



સુનાડીને આપનાનો સ્વાજ જ થઈ ગયો છે જે સુધર્મા છે અને મેટરિનિટીઓમા ઘેરાને સુનાડ સુના મોકળે છે તે આ કાઢા-માઢામા માનતા નથી પરિણામે તે ઘેરાને તપાસજો ' તમે આ કાઢો આપણા મેટરિનિટીમા વાપરો છો કે નહિ ? વાપરવા જેવી ચીજ છે '

' સુનાડના બીજા જ નિમરી આપણે ત્યાં આ કાઢો ફરજિયાત આપણે સૌને આપીએ છીએ અને ઈશ્વરકૃપાએ કોઈ એવી તાનનો એક પણ કેમ હજી આપણે અહીં બનના પામ્યો નથી "

આ વિદ્વાન લાઇ ગયા અને એક બહેન આત્યા મને શુરુ તરીકે તે લેએ છે એટલે તેમણે મનનો બલરો કાઢના માડ્યો  
" આ મેટરિનિટી હોમોમા તો તોમા છે ! લોકો મૂખી છે એટલે બધા ત્યાં દોડે છે ત્યાં જે સુનાડો સૂએ છે તેના તમે હાનહવાન જાણો છો ? ' તે મહેને મને પ્રશ્ન પૂછ્યો

મે જણુ " કેમ આટલી સ્વચ્છતા રખાય છે, કપડા સ્ટરિલાઈઝ થાય છે એ બધું ખોટું છે શું ? "

" ના, ના એ ખોટું છે એમ હું ક્યા કહું છું ? એ બધું આપણે અપનાવના જેવું છે પરંતુ બીજા વ્યવહારનું શું ? આપણામા તો સવારમાજ મે વખત પુષ્કળ ગરમ પાણીથી નાહનાનો ચાલ છે પ્રથમ આખે શરીરે દાવણુ કોઈ વાર ઘી, તેન ચોગે અને પછી ૮-૧૦ દેગડા ગરમ પાણીથી સારી રીતે શરીરને શેકે એવી રીતે નવડાવે તેને બદલે આજે સ્પંજિંગ ! તેનનો છાટો નહિ ! ગરમ પાણીનું નામ નિશાન નહિ ! "

મે વચમા જ કહ્યું ' શું કહો છો ? ગરમ પાણીથી સ્નાન કરાવનામા નથી આવતું ? સૂત્રને તો કહ્યું છે કે સનારસાજ બન્ને વખત પુષ્કળ ગરમ પાણીથી પ્રસૂતાને સ્નાન કરાવવું મે તો ' આજે જ જાણ્યું કે ત્યાં સ્નાન નથી કરાવનામા આવતું ! '

' અરે, રામરામ કરોને ! ગરમ પાણીના તો દર્શન જ દોહલા ! "

“અને ખાતાનું શું ?” મે પૂછ્યું.

“અરે ખાતામાં ? શું કામ પૂછો છો ? જે ખાતું હોય તે ખાતાની છૂટ ! વટાણાનું શાક આ યુ હોય તો તે પણ સ્ત્રીઓ ખાય સ્ત્રીઓને એમ જ દસાવવામાં આવે છે કે જે પચે તે બધું જ ખવાય સુચારક પરી બીજે જ દિવસે ખમણુ ઢોઢળા ને ભાજિયા, ખૂસું ખાતા મે ઘણાને જોયા છે આથી તો બેરાને આ દવાખાના પ્રિય લાગ્યા છે.”

“પચકોવની રાજ-બાજ જેવું કર્વે આપનામાં આવે કે નહિ ?” મે પૂછ્યું.

“અરે પચકોવ—પચકોવને ત્યાં સ્થાન શે હોય ? પીપર, પીપરીમૂવ, ચરક, ચિત્રક, સૂડ, આ પાચની રામડી આપનામાં આન કેવો શાસ્ત્રીય છે ! તેને બદલે પ્રથમથી જ દૂધ, આ શાક વગેરે આનું પરિધામે આજની મોટા ભાગની સુરાવડીઓને કમરનો દુખાવો પ્રદર, ચોનિ કે ગર્ભાશયગ્રસ્ત ડિવનું પાકવું, નિકાશ વગેરે કાયમના રહે છે આપણે ત્યાં એકને કેવું પ્રાધાન્ય આપનામાં આનતું હતું ! એ શેક ગયા, તેનના મદન ગયા, પ્રજ્વલિત છિપ્પોદકતા સ્નાન ગયા અને અમુક ખરાય ન ખરાય એવું જ્ઞાન પણ ગયું આજની સ્ત્રીઓની દુર્દશા, સાહેબ, જોઈએ તો આપણને દુઃખ થાય છે.”

“હું જે કહું છું તે આ જ Let us Indianize the western medical sciences આપણે પશ્ચિમની વિદ્યાઓમાંથી ઘણું શીખવાનું છે. પરંતુ તે સાથે આપણું બધું જ બરાબર સાચવી રાખીને પછીથી જ ખૂટતા અશો લેના પગલું આજે તો આપણા ડોક્ટરોને એમ જ લાગે છે કે આયુર્વેદમાં પ્રસૂતાશાસ્ત્ર જેવું કંઈ છે જ નહિ હું કહું છું કે આપણું પરપરાપ્રાપ્ત સુરાવડનું શાસ્ત્ર લખાના સાયન્ટિસ્ટો માટે સુદર સંગ્રહનક્ષેત્ર પૂરું પાડે તેમ છે આપણે અમેરિકાની રાજડી, પચકોવની ગમડી, વી

પ્રચુર આહાર, પાછળથી મેથીના લાડુ કે કાટલાં ખાવાનો ચાલ-આ બધું હતું માટે જ આપણે બચ્યા છીએ. નહિ તો આપણી ગંદી સુવાવડોમાંથી કોઈ લાગ્યે જ બચ્યું હોત. આપણે અહીં પશ્ચિમની સ્વચ્છતા જેવી જ બેનમૂન સ્વચ્છતા હતી. ચરક સુશ્રુત જેતા એની પ્રતીતિ થાય છે. તે આપણે ફરીથી અપનાવવાની છે. પરંતુ એ સ્વચ્છતા કરતા ખાનપાન, દિનચર્યા, સ્નાન, અર્બવંગ, આરામ વગેરે ઉપર વધુ ધ્યાન આપવા યોગ્ય છે એમ મને પણ લાગે છે. પહેલા ત્રણ દિવસ તો મીઠું પણ ખાવામાં ન આપવામાં આવે. એકલી પીપરીમૂલ-ધઉંના લોટની રાખડી જ આપવામાં આવતી. તેને બદલે આજે પહેલે જ દિવસે બધું ખાવાની છૂટ !”

“સાહેબ? આપણે અહીં તો કેમકેમ વાર સુવાવડની પ્રથાઓ જુદીજુદી યા નિરાળા છે. ખોરાક વગેરે પણ નિરાળા છે. પરંતુ સૂતિકાને વાતહર ઉપચારો આપવામાં બધા જ એકમત છે. મેટરનિટી લઈને એમ. ડી. થયેલા હિંદુસ્થાનના આપણા ડોક્ટરો માટે તો અહીં વિશાળ ક્ષેત્ર છે. પરંતુ કોણ જાણે કેમ, આપણા હિન્દી ડોક્ટરો આપણુ કદી સાલજનાર નથી; પશ્ચિમમાંથી કોઈ જોરદાર અરાજ તેમના કાન ખોલશે ત્યારે જ ”

“જે પ્રક્રિયા આખી આભાવિક-કુદરતી Physiological છે તે હવે રોગગ્રસ્ત Pathological બનવા માડી છે; અને આપણે કોઈ બાટલામાંથી લાગ્યે જ છૂટીશું એમ મને લાગે છે.” એ બહેને ખૂબ લાગણીપૂર્વક આ શબ્દો ઉચ્ચાર્યા અને હું વિચારમાં ગરકાવ થઈ રહ્યો.

મેટરનિટી હોમોની આપણા દેશને જરૂર છે ખરી? આ-પ્રશ્ન મને ઘણી વખત ઊડે છે. મને તો લાગે છે કે આ પશ્ચિમનું અનુકરણ જ છે આવા ડેટલા ગૃહો બાંધીશું? કેટલો રટાક રોડીશું? કોઈએ કદી વિચાર કર્યો છે કે આ યોજના પાછળ અબજો રૂપિયા

જોઈએ? ગરીબ દેશ પાસે એટલા પૈસા છે? અને હોય તોય આ પ્રમાણે ખર્ચવા વાજબી છે? મેટરનિટીગૃહો મોટાં શહેરોમાં ભલે સ્થપાય. ત્યાં નાની ઝોરડીઓમાં રહેવાનું હોય છે. સુવાવડનો ખાટલો ઢાળવાની જગા ત્યાં નથી હોતી. એટલે મુખર્જી, કલકત્તા, મદ્રાસ જેવાં મોટાં શહેરો માટે તેની જરૂર સ્વીકારવી પડશે. પરંતુ તે સિવાય બીજાં સ્થાનોમાં એ શું કામ જોઈએ? અને નસીના કાકલા વગેરેનું શું પ્રયોજન? સુવાવડ જેવી સ્વાભાવિક ક્રિયાનું જ્ઞાન આપણી દરેક મુવાન વહુબહેનોને આપવાની ગોઠવણ શું કામ ન થાય? આજે ન શીખવાનું ધલુંયે આપણી બાળાઓ ભણે છે. તેને બદલે પ્રત્યેક બાળાને આનું પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ આપવામાં શો વાંધો હોય? આપણા ધરની કોઈ પણ છોકરી પ્રસવ સહજ કરાવી શકે એવું તો તેને શીખવવું જ જોઈએ. પ્રસવની ભિન્નભિન્ન અવસ્થાઓ, પ્રસવ વખતનું કાર્ય, નાજ કાપવી, બાળકને નવડાવી લપેટી દેવું-આ કામો કોઈ પણ લણેલી છોકરી સહેલાઈથી ન કરી શકે શું? કોઈ ખાસ પ્રસંગ વખતે તો નિષ્ણાત સ્ત્રીવૈદ્યની જરૂર રહેવાની જ. આમ થાય તો પોતાનાં ઘરોમાં જ ધરના એક સ્વચ્છ વિભાગમાં-ખાટલો ઢાળાય, કશી ધમાલ ન થાય, દસ દિવસ જોત-જોતામાં પૂરા થઈ જાય. નહિ જેવા ખર્ચમાં મુવાવડ પતી જાય. અને ધરની સાસુ, મા કે કોઈ સગું જે વહાવથી મુશ્કેલી કરશે તે મેટરનિટીમાં નહિ જ હોય. અંગ ચોળવું, ગરમ પાણીથી નવડાવવું, એનાં કપડાં ધોઈ જવાં-એક બાઈ આ કાર્ય ખુશીથી આવી કરી જાય. મહિનો આખો બાઈ ઘેર આવે, પ્રસૂતાને તેલ ચોળે, ખૂબ ગરમ પાણીથી નવડાવે, બાળકને નવડાવે, માતા અને બાળકનાં કપડાં ધોઈ જાય, અને બદલામાં માંડ ૧૦-૧૫ રૂપિયા તેણીને આપવાનાં! હિંદુસ્થાનના અર્થશાસ્ત્ર ઉપર મોટાં પુસ્તકો લખનારા કદી આપણાં આર્થિક આયોજનો પ્રસંગે આ બધાના વિચારો કંડે છે ખરા? પશ્ચિમના અંધ અનુકરણ સિવાય આપણા નેતાઓને,

તેમ જ બીજાઓને બીજા ખ્યાલ જ નથી આવતા ! પશ્ચિમમાં મેટરનિટી હોમો ખર્ડા થયા કારણ કે એમની સમાજરચનાને તે અનુકૂળ છે. ત્યાં તો પરણે એટલે પરિસ્થિતિ આખી પલટાઈ જાય છે. સામાન્ય તાવ આવે છે કે દરદીને હોસ્પિટલમાં ખસેડવામાં આવે છે. ત્યાં ઘરમાં રાખી એની સુશ્રુષા કરનાર કોઈ નથી હોતું. એવી સમાજરચના હોય ત્યાં ગંભીર હોસ્પિટલો જોઈએ અને મેટરનિટી હોમો પણ મોટી સંખ્યામાં જોઈએ.

હિંદુસ્થાનની સમાજરચના આથી તદ્દન ભિન્ન છે. અહીં સુવાવડ આવે એટલે કોઈ ને કોઈ સગું આપવાનું જ. વધુ નહિ તો દશ દહાડા તો કાઢી આપે જ.

મેટરનિટી હોમો સાથે વિકૃત મનોદશા પણ આવે છે. સુવાવડનો ડર પ્રજના માનસમાં વ્યાપતો જાય છે એટલે હોસ્પિટલમાં હોય તો સારું એ જ એક માન્યતા, મેટરનિટી હોમો આજે જે પ્રસિદ્ધિ ભોગવી રહ્યાં છે, તેની પાછળ આવે છે. કદાચ સ્ત્રી જોવી ચંચળ અને ગતાનુગતિક જાતિમાં દેખાદેખીથી પણ આજે મેટરનિટીમાં સુવાવડ સૂતા જવું એ એક ફેરન થતી જાય છે-ફેરન થઈ પડા છે. આજે કોઈ ગરીબ માણસ ઘર આગળ સુવાવડ કરે છે તો તેને સ્ત્રીઓ ટોકી ખાય છે !

સ્ત્રીઓને કયાં ખબર છે કે મેટરનિટી હોમોમાં જ ચેપની શક્યતા વધુ હોય છે. ઘર આગળ આ ચેપની શક્યતા જરા પણ નથી હોતી. એક જ સ્થાનમાં જ્યાં અનેક સુવાવડો થતી હોય અને નસો તેમ જ આયાઓ વધુ કામ કરતી હોય ત્યાં જ ચેપનો સૌથી વધુ અવકાશ રહે છે; ઘર આગળ નહિ જ, અને હિંદનાં આપણાં પ્રસ્તિગ્ધોમાં મને સ્વચ્છતાનાં દર્શન નથી થતાં તે પણ મારે ખેદપૂર્વક કહેવું જ જોઈએ.

અહીં કોઈ પ્રશ્ન ઉદાવરો કે આપણી ગંદી દાયણોનું શું ? માત્ર ચોતરફથી આ બિચારીઓને હડધૂત કરવામાં આવે છે. આજ મુઠ્ઠી આ જ દાયણોએ પ્રસવ કરાવેલા છે અને આપણા બધાના જન્મો આ દાયણોના હાથે જ થયેલા હશે. એક વખત બ્રાહ્મણોએ આ દેશની જે સેવા બજાવેલી તેવી જ આ દાયણોએ આપણી બજાવેલી છે. બ્રાહ્મણોએ જ બ્રાહ્મણ સંસ્કૃતિ સાચવી અને પ્રસારી, પેટ પાટા બાંધી વેદોને કંઠે કરી સાચવ્યા, દુઃખના દિવસોમાં પણ પોતાના દુઃખ આચાર ન ત્યજ્યો. બ્રાહ્મણોની આજે ઠેકડી થઈ રહી છે. આવી રીતે કોઈ પક્ષ કે જાતની જૂતકાળની સેવાઓ સાવ બૂલી જવી એ માનવસ્વભાવની નબળી બાજુ છે. દાયણો ગંદી થઈ એમ શું કામ કહો છો ? આખો દેશ જ ગંદો થઈ ગયો. જ્યાં જ ચીંથરેલા થઈ ગયાં એમ કહોને ! થોડા જ સુખી હશે-બાકી, દેશ આખો જ જ્યાં ગંદો થઈ ગયો હોય ત્યાં બિચારી દાયણો પાસેથી બગલાની પાંખ જેવાં કપડાંની આશા શે રખાય ? દાયણુની માસિક આવક કેટલી હતી ? એ આવકમાં એને સફેદ કપડાં પોસાય તેમ હતાં ? આ દુર્દશામાં દાયણો બિચારીઓની દયા ખાવાની હોય તેને બદલે આજે 'દાયણો' શબ્દ ઉચ્ચારતાં આપણામાંના ઘણા જે કટાક્ષો કરે છે તે કોઈ રીતે ગૌરવવન્તુ તો નથી જ-એમની એ લઘુતા સૂચવનારું છે.

અને આજે પણ આપણા દેશમાં નસીં જોઈતી સંખ્યામાં ક્યાં છે ? આખા દેશમાં આજે પ્રસવો કોણ કરાવે છે ? ખરી વાત તો એ છે કે આ દાયણોને ત્રણ માસ ફરજિયાત તાલીમ એકાદ સારા મેટરનિટી હોમમાં આપીને તેમને સર્ટિફિકેટ કરવી જોઈએ. સરકારે આ દિશામાં થોડો પ્રયાસ કરેલો પણ છે જ પરંતુ હજી ઘણું કરવાનું છે. આપણી દાયણોને શહેરના એકાદ પ્રસૂતીગૃહમાં ત્રણ મહિનાના સંસ્કારો મળે તો હું માનું છું કે તે ઘણું ઉપયોગી કાર્ય સાધી શકશે. આજે પણ કેટલીક દાયણો એમના કાર્યમાં અનુભવથી

ખૂબ જ હોશિયાર થયેલી છે સ્વચ્છતા બામતનો ખ્યાન આવી જાય એટલું થાય તો બસ છે પણ માસના અભ્યાસક્રમ પછી આ દાયણોની સેવા સરકારે વિનાવિનબે લેવા નેતી છે

એક તરફથી આ દાયણોને માટે આવો અભ્યાસક્રમ અમનમાં આવે અને બીજી બાજુ આપણી દરેક માધ્યમિક શાળાનું પાસ થતી બાળાના અભ્યાસક્રમમાં 'પ્રસૂતા અને તેની સારવાર' એ વિષય ફરજિયાત લખ્યો જ પડે એવું કરવું જોઈએ આ બે થતા આપણા દેશમાં મેટરનિટી હોમોનો પ્રશ્ન આપોઆપ જ ઉઠે નાઈ જશે એન્યુએ થનાર બહેનોના અભ્યાસક્રમમાં આ વિષય પાસ હોવો જ જોઈએ

બાકી યુરોપઅમેરિકામાં આટલી હોસ્પિટલો, આટલા ડોક્ટરો, આટલી નર્સો છે અને એના પ્રમાણમાં આપણા દેશમાં ઘણું ઓછું છે એ રાદણા રડવાની જરૂર જ નથી યુરોપ એ યુરોપ છે હિંદુસ્થાન એનું અનુકરણ નહિ કરી શકે અને કરશે તો બૂઠા હાલ થશે દેશદેશના સામાજિક બધારણો, ઐદિરિનાજો, ખાનપાન, આબોહવા વગેરે બધું જ શિન્નશિન્ન હોય છે, એટલું યાદ રાખવાની જરૂર છે બાકી તો પશ્ચિમ જે કરે તે જ કર્યા સિવાય આપણને જો પ્રગતિ ન જણાતી હોય તો તો પછી કહેવાનું રહેતું જ નથી

કસ્તૂરબા દેડના દુસ્તીઓ આ દિશામાં ધાગે તો ઘણું કરી શકે આ આખોય પ્રશ્ન આપણા જેવા ગરીબ દેશને લક્ષ્યમાં રાખીને તેઓ ઘણી સહેલાઈથી ઉઠેલી શકે છે



૮ : આટલું તો અવશ્ય જાણુને

(૧) પાણી પીતાં !

પાણી સ્વચ્છ હોવું જોઈએ એ તો કહેવું ન જ પડે, પણ સ્વચ્છ

એટલું જ પૂરતું નથી. સાધારણ દૃષ્ટિએ જે પાણી સ્વચ્છ જણાય છે, તે સૂક્ષ્મદર્શકચંદ્ર વડે જોવાથી જંતુવાળું હોય છે. થોડાક મહિના અગાઉ મુંબઈમાં વાળાનો ઉપદ્રવ ચાલ્યો હતો. તેનું મૂળ કારણ પાણી હતું એ તમારામાંનાં ઘણાખરા જાણતા નહીં હોય. એ પાણી દેખીતી રીતે સ્વચ્છ હતું જ, પરંતુ જંતુવાળું હોવાથી પ્રાણનાશક બન્યું હતું. આપણા લોકો ગંદા હોય છે, અને તે ગંદકી પાણી સાથે મળી જાય છે. એ આપણે જાણતા નથી પણ તે સત્ય વાત છે. નદીનું કે તળાવનું પાણી કદાપિ ઉકાળ્યા વિના પીવું ન જોઈએ. નદી-તળાવના પાણીમાં આપણે હાથમાં તો ગમે તે ગંદું નાખતાં શરમાતા જ નથી. ફૂવા પાસે જઈ ગંદકી હોય, અને જો તે પાણી પીવાનું નસીયમાં આવ્યું હોય તો ગરમ કર્યા પછી જ પીવું જોઈએ. દૂધમાં આ જમાનામાં તમામ પાણીને ગરમ કર્યા પછી વાપરવાં એ સહિસકામત છે.

સ્વચ્છતાની વાત થઈ ગઈ. આપણે ફૂવા-નળનું પાણી લાવીને માટલામાં રાખીએ છીએ પાણી વામી થાય છે એટલે તેમાં પ્રાણનો અભાવ થાય છે. દરેક વાસી પાણીમાં પ્રાણ કમી હોય છે. આથી જ્યારે પાણી પીએ ત્યારે એ પ્યાલા લો. એક પ્યાલામાંથી ખીજમાં, એમ જોયેથી પાણી રેડવાથી પાણીમાં પ્રાણ દાખલ થાય છે. આ પ્રાણયુક્ત પાણી પીવામાં મીઠું, પચવામાં દહાડું અને ઝાડો-પેશાબ સાદ લાવનારું મનાય છે. જેને દૂધ ન લાવતું હોય તેને માટે પણ આ રીત સારી છે. દૂધવાળાને ત્યાં ઘણાંજે આ રીત જોઈ હશે. તેનું કારણ પ્રાણ ભેજવાથી સ્નાદ વિશેષ આવે છે તે છે. આ સાદો છતાં ઉપયોગી નિયમ પાણી પીતા જાણવો હિતાવહ છે.

આજકાલ એપી રોગો ખૂબ વધ્યા છે. પાયોરિયા (દાંતમાંથી પર નીકળે છે તે વ્યાધિ) દિનપ્રતિદિન વધારે ને વધારે ફેલાતો જાય છે. આ સ્થિતિમાં એક માણસે જે પ્યાલાથી બોટીને પાણી પીવું



હોય તેજ પ્યાલામા બીજને માણસ પાણી પીએ એટલે તે માણસને પહેલા માણસનો રોગ-જ તુફારા-લાગુ પડવાનો સંભવ છે રોગનો આટઆટલો ફેલાવો થયાનું કારણ આ છે એમ ઘણા વિદ્વાન ડોક્ટરો માને છે હોટયોના ચાકોફીના પ્યાલાદ્વારા ઘણાંયે રોગો બીજને લાગુ પડવાના દાખનાઓ મોજુદ છે. માટે પાણી પીતી વખતે “હુ કેના પ્યાલામા પાણી પીઉ છુ” એ અવશ્ય જોજો. સૌથી સરસ ગીત તો પ્યાલો હોડને ન અડે એમ પાણી પીવું એ છે; એથી ઠાઈને એપ લાગવાની ધાસ્તી નથી રહેતી પાણી જાએથી પીવાથી પાણીમા પ્રાણ આવે છે. પાણી પીતા પહેલા એત્રણ કેગ-ળાવડે મો માદ કરજો એ પગીથી જ પાણી પીને દિવસ આખામા જેટલું પાણી પીવાય તેટલું છૂટથી પીજો. કનજિયાતના ઝગવાળા માટે વારવાર પાણી પીવું સારુ છે.

## (૨) કેમ જમવું?

આ દોડધામના જમાનામા જમતી વખતે પણ દોડધામ નજરે પડે છે. ચા-ચું ન ચાખ્યું અને મોટામોટા ડાળિયા ગળી જઈ પેટ ભરીને ઊડી જવું, એ આ જમાનાનો સ્વાભાવિક ક્રમ ધર્મ ગયો જણાય છે. બહુ જમવામા નહી; પણ થોડું પણ સારી રીતે ચાવીને જમવામા જ દીર્ઘ આયુષ્ય રહેતું છે તે આપણે સમજતા જ નથી. જે કંઈ ખાઓ તે ખૂબ ચાવીને-એકરસ ધર્મ જાય ત્યા સુધી ચાવીને-ખાઓ મોમાથી ઝરતો રસ, એ આવેલા પ્રવાહી થયેલા ખોરાક માથે મળજે અને તેનાથી પાચનક્રિયાના કાર્યમા ઓર જ મદદગાર થઈ પડશે નહીં ચાવવાથી જ કનજિયાત, બદ-હજમી, અપચો, વગેરે થાય છે. ખોરાક ખૂબ ચાવીને જમો. જમતી વખતે જમવામા જ ધ્યાન રાખો. ખૂબ ધીરજથી જમો. “તન્મના મુક્તિ” તન્મયતાથી જમો: આ સત્ર બરામર યાદ રાખો. જમતા જમતા ઈચ્છા મુજબ છૂટથી પાણી પીજો સ્વાદના કરતા

શુણુ તરફ વધારે ધ્યાન આપજો. યાદ રાખજો કે જોટલા ભોગ તેટલા જ રોગ છે. હંમેશાં ખાવામાં વિવિધતા રાખો, પણ તે શુણુને ભોગે નહીં. ખટરસવાણું ભોજન જમવું જોઈએ, પણ કોઈ પણ રસ સ્વાદને માટે વધારે લેવાથી નુકશાન જ થાય છે એ બરાબર યાદ રાખજો.

### (૩) કેમ બેસવું ?

તમે જીવાન છો. જીવાનેનું હું જ્યારે વાંકા વળીને ચાલતા જોઉં છું, અથવા તો ખૂંધા વળીને બેઠેલા જોઉં છું ત્યારે મને ભારે દુઃખ થાય છે. પહેલાંથી જ આ ટેવ તમને પડેલી હોય છે એટલે મોટી ઉંમરે તે દઢ થયેલી ટેવ તમારાથી મુકાતી નથી. માટે પહેલાંથી જ ટટાર બેસવાની અને ચાલવાની ટેવ પાડો. કરોડરજ્જૂ ઉપર જ આખું શરીર અવલંબી રહ્યું છે. એને મજબૂત બનાવવા માટે હાલમાં ઘણી જાતની કસરતો ચોજાયેલી છે. એ બધી કસરતો ઘણી ઉપયોગી પણ છે. પણ હાલ તો આટલું અવશ્ય યાદ રાખજો કે ખૂંધા વળીને બેસવાથી શરીર કદરૂપું લાગે છે. હોજરી પર દબાણ આવવાથી ખાંધેલું પચતું નથી; આંતરડાં પણ બરાબર કામ કરતાં નથી. ટટાર બેસવાથી હોજરી, આંતરડાં વગેરે વધારે જોસથી કામ કરે છે, વધારે જોસથી શ્વાસ ખેંચી શકાય છે, અને કરોડરજ્જૂ મજબૂત થાય છે. ચાલતાં પણ ટટાર રહો. ખૂંધા વળીને ચાલનારાઓનાં શરીર કઠંગાં લાગે છે. ચાલવાથી જ કાયદા થવા જોઈએ તે તેવા ચાલનારાઓને થતા નથી. લખતાં, વાંચતાં, રમતાં, ચાલતાં, બેસતાં; દરેક વખતે, તમારી કરોડ ટટાર રાખો. વાંકા વળવું એ વૃદ્ધત્વની નિશાની છે. જગતની સામે ટટાર, છાતી કાઢીને બિલા રહેવાની તમારી ઉમેદ હોવી જોઈએ.

### (૪) કબજિયાત વિષે

શરીરમાં આંતરડાં અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આપણે જો ખોરાક ખાઈએ છીએ તે હોજરીમાં આવે છે. હોજરીમાં સારી રીતે

દળાયા પગી તે ઝડપીમા ચઢીને આતરડામા આવે છે. ઝડી તેમાનો અગત્યનો સારભૂત પદાર્થ આતરડા શોધી લે છે. “આતરડાની રચના” કોઈ દિવસ બીજા લેખમા લખવાનો વિચાર છે. આતરડા બરાબર કામ કરતા નહોય તો ખાધેતુ પચતું નથી. ખાધેતું ન પચે એટલે આતરડામા મળેલ સારાર્થ રહે અને સડો-બદી, ઉત્પન્ન થાય. બદી હોય ત્યાં જ તુ ઉત્પન્ન થાય છે એ તો તમે જાણતા જ હશે. આ બદી ન મટે તો અનેક જાતના રોગો ઉત્પન્ન થાય. આતરડા ચોખ્ખા ન રહે તો મો ગધાય, તાવ આવે, સ્ત્રી લાગ્યા કરે, સાધા દુખે, ખરાબ વાછૂટ થાય, પેટમાં ગુડગુડાટ થાય પચતું નથી અને કાયમ માટે કમજિયાત થાય છે. આના ઉપાય માટે લોકો વૈદ્યોકટરને ઘેર દોડાદોડ કરે છે. કેટલાક તો હમેશા રાત્રે સૂતી વખતે રચની ફાફી લે છે કેટલાક “કૂટ સાલ્ટ” જેવી વિવાદની દવાઓના બાટના પીધા કરે છે છતાં કમજિયાત દૂર થતી નથી; બિનટી વધે છે. કમજિયાત દૂર કરવાના ઉપાયો નીચે મુજબ છે:—

૧) હમેશા વહેના બિગેને, મો સાફ કરીને તાંબાના વાસણમા ભરી રાખેતું પાણી પેટ ભરીને પીવાની ટેવ રાખો. નાકથી પાણી પીવાથી વધારે સારો ફાયદો થાય છે. આની અસર તુરત નહીં થાય. અઢાપૂર્વક હમેશા આ પ્રયોગ ચાલુ રાખશો તો અનશ્ચ કમજિયાત દૂર થઈ જશે.

૨) દાંતણુ કયાં પગીથી બિનું પાણી ગાળી શેર અને તેમાં પાનની-ભાર મીઠું નાખીને તે પાણી પીવાથી કમજિયાત ધીમે-ધીમે મટે છે.

૩) આ, કોફી કાપિ ન લેતા બ્લેન્ડે આ પીવારા ઘણાખરા કમજિયાતનો બોગ ચર્ચ પડેના હોય છે ચાને બદલે ગરમા-ગરમ દૂધ છટકી પીવું.

- (૪) આખા દિવસમાં પાણી છૂટથી પીવાની ટેવ રાખો.
- (૫) ખૂબ ચાલીને જમજો.
- (૬) ચોખ્ખી હવામાં ત્રણચાર માઈલ દરવા જવાની ટેવ રાખો, અથવા રમવાફૂલવાની ટેવ રાખો.
- (૭) રાત્રે પ્રવાહી વધારે લો. બને તો રાત્રે ખાવું નહીં અને તેને બદલે ૧ શેર દૂધ પીવું સારું છે.
- (૮) ખાવામાં લિંબુનો રસ યથેચ્છ વાપરો. એથી પાચનક્રિયા વધશે. પિત્ત બરાબર ઝરશે અને જંતુઓ મટશે.
- (૯) બસ્તિ-કુશ, એ સરસ સાધન છે. બજારમાં કુશ (એનિમા) વેચાતી મળે છે. પંદર પંદર દિવસે બસ્તિ લેવાથી આંતરડાં બહુ જ સરસ રીતે ધોવાઈને સાફ થશે. આંતરડાંની ભીંતો ઉપર જે કંઈ વળગી રહ્યું હશે તે ધોવાઈ જશે અને વળગી રહેલો સૂકો મળ બહાર પડી જશે. મિસ્ત ઉપર આધુર્વેદમાં બહુ લખેલું છે. અર્ધચિકિત્સા બસ્તિને ગણેલી છે.
- (૧૦) સૂર્યબેદન વ્યાયામ, શીર્ષાસન, દોડવું, તરવું વગેરે કબજિયાત દૂર કરવાનાં સરળ સાધન છે.

### (૫) દાંત સાફ રાખવા.

આજકાલ જ્યાં જુઓ ત્યાં ખરાબ દાંત, ગંધાતું મોં, અને લોહીપરથી બદબદી રહેવાં દાંતનાં પીઠિયાં, જોવામાં આવે છે. સામાન્ય માણસ વાત કરતો હોય ત્યારે એના મોંમાંથી જે ખરાબ ગંધ આવે છે તે ઘણાને યાદ હશે. આ બધાનું કારણ ઘટતી જતી જીવનશક્તિ, કાયમની બદબદી અને હોઝરી ઉપર વધારે પડતો બોળે વગેરે છે. ઠેકઠેક અંશે હોટલનાં ચા, કોફી જેવાં પીણાં પણ એને માટે જવાબદાર છે. હવે ઉપરાતનાં પાનસોપારી અને તંબાકુ તેમાં મોટો ભાગ ભજવે છે. આને માટે દરેકે કોલોગન ડેન્ટલ પાઉડર, ફીમ, દાંત-મંજનો વગેરે વપરાય છે પણ ખરાં પરંતુ આ બધાથી કાયમનો,

ફેર નથી જ પડતો. આ રોગ ( પાયોરિયા ) પહેલા ડૉક્ટર કે વૈદ્ય ઝોળખતા જ ન હતા. સડેલા પેટનું, એ રોગ સુપ્રેર પ્રદર્શન છે. નીચેના ઉપાયો, સૂચનાઓ પાયોરિયાના નિવારણ માટે હીક પડશે :

( ૧ ) હંમેશાં સવારસાજ એ વખત લીંબડાનું તાજુ દાંતણું કરો. ડૉક્ટર પણ કીમ કે મંજન આની તોલે આવે એમ નથી એમ નિષ્ણાત દત્તવૈદ્યનું કહેવું છે.

( ૨ ) અણ્ણું કે કબજિયાતને દૂર કરો. પેટ સાફ હશે તો પાયોરિયા થશે જ નહીં.

( ૩ ) ગળપણુ જેમ બને તેમ ઝોણું વાપરો. ખાધા પછી એક સારી વાસની સળા વડે દાંતમાં ભરાઈ રહ્યું હોય તે સાફ કરી નાખી મીઠાના ડાગળા કરી નાખો.

( ૪ ) વારંવાર પાનના ડૂચા નહિ ભરતાં ફક્ત બે જ વખત જમ્યા બાદ પાન ખાઓ. ડૂચા દાંતની બખોલોમાં ભરાઈ ન રહે એ સંભાળજો.

( ૫ ) ડૉક્ટર પણ રીતે ખીજના દાંતનો ચેપ આપણને ન લાગે, એટલું સાચવજો. હાકો, ( ચાના ) પ્યાલા, ખીડી, વગેરેથી ચેપ ફેલાય છે.

( ૬ ) બહુ પ્રવાહી ખોરાક ન ખાઓ. દાંતને કસરત મળે એવો જ ખોરાક ખાવો હજી છે.

### (૬) કસરત.

ડૉક્ટર પણ પ્રકારની કસરત લાવનાસહિત કરો. દોડો, કુટબોલ રમો, હોકી કે ગેડીદડા રમો, કુસ્તી કરો, દંડબેદક કરો, બેલ-સના દાવો કરો, મગદળ કે ડંબેલ્સ ફેરવો. યાદ રાખજો કે છ વાગ્યા પછી ઘરમાં ભરાઈ રહેવું તે હાથે કરીને વૈદ્યને નોતરવાનું છે. છ વાગ્યા પછી દરેક બાળકે, વૃદ્ધે, સ્ત્રીઓએ, ચોખ્ખી હવામાં જઈને આનંદ-સહિત મહેનત કરવી, કે શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવા.

પ્રશનુમા સંધ્યાનાં નવચેતનપ્રદ દસ્યો નિહાળવાં, અને પ્રશુની મહતા પિછાણી આપણી અહંતા જૂલવી એ પણ આયુધ્યપ્રદ છે. સારા વિચારો, સારો પુષ્ટિકારક ખોરાક, અને અમુક હૃદમાં અંગમહેનત આયુધ્યને લંબાવનારાં છે. સ્નાયુના વિકાસ માટે એકદમ બધી શક્તિ ના ખર્ચો; તેમ જ માનસિક વિકાસને બોગે શરીરને પાયમાલ ન બનાવો. સ્નાયુઓ તો કેવળ શોભાના જ છે ખરી આવશ્યકતા તો જીવનશક્તિની vital energy ની છે. કસરત એ તાંબાની માત્રા છે, સાચું રસાયન છે, શરીર માટે સાચું જીવન છે. વિમલકવચગા-ઘ્રત્વમ્ દયાયામાદુપજાયતે। બ્રહ્મચર્ય અને કસરતની એકરૂપતા સધાતાં જીવન કંઈ ઓર જ કાન્તિથી પ્રકાશી બેઠે છે.

### (૭) પ્રાણાયામ.

પ્રાણવાયુ જેમ લોહીને વધારે મળે, તેમ તે વધારે શુદ્ધ અને વધારે વેગવાન બને છે. કોઈ પણ કામ કરતા હો છતાં પણ ઊંડા શ્વાસ લેવાની રીત પાડો. એથી ફેફસાંની શક્તિ વધશે, લોહી શુદ્ધ બનશે અને જીવનશક્તિ વધશે. ટટાર બેસતાં, ચાલતાં સ્વભાવિક રીતે જ ઊંડા શ્વાસ લેવાય છે. ગમે તેવા થાકી ગયા હો પણ સ્વચ્છ હવાના ઘૂંટડા શ્વાસમાં લેશો તો નવું જ જીવન અનુભવશો. જેમ શ્વાસ વધારે ઘૂંટી શકાય તેમ જીવનશક્તિ વધારે હોય છે. કદાપિ મોં વડે શ્વાસ ન લો. નાકમાં જે વાળ પ્રશુએ આપ્યા છે તેને કેટલાક શોખીનોને ઊપાડી નાખતા મેં જોયા છે. એવા અછલમંદોને ઓછી જ ખબર હોય છે, કે નાકના વાળ હવાને ગાળવા માટે ચારણી જેવું કામ કરે છે. જે હવા આપણે શ્વાસમાં લઈએ છીએ તેમાં ધૂળનાં રજકંછો અને બીજાં જીવજંતુઓ હોય છે, તે બધાંને વાળ અંદર જતાં અટકાવે છે. અર્થાત્ શુદ્ધ હવાને જ અંદર જવા દેવી અને કચરાને બહાર અટકાવી રાખવાનું અગત્યનું કાર્ય કરાવવા માટે જ પ્રશુએ નાકમાં વાળ રાખેલા છે. એ ઉપરાંત ગમે તેવી દંડી હવા પણ નાકને રસ્તે અંદર જતાં ચોક્કસ ગરમીસંપન્ન બને છે એવી પ્રશુની રચના છે.

મો વાટે એ જ હવા અદર જવાથી અનેક રોગો થાય છે કારણ કે અશુદ્ધિને અટકાવવાને મોમા સાધન નથી હમેશા નાકથી જ શ્વાસ લેો મો ખાના અને જોનાના માટે જ વાપરવું મોથી શ્વાસ લેનારને રોગ લાગુ પડે છે જાતી કુનારીને પ્રાણપિયુષ અદર લેો સુવાનો માટે તો આ ખાસ જરૂરનું છે

(૮) સાદ્સુદ કરતા શીખો.

ગુના ઉપરથી વગેરેને સાદ્સુદ રાખવાનું હું કહું છું એટલે તમને હમવું આવશે પણ એમા હજુ આપણે ઘણું જ જાણવાનું છે ગુના ધોતા આપણને ખરેખર નથી આનંદતું અગૂણ પાસેની આગળ પહોંચે ત્યાં સુધી મળદાગમા જવા દો અને ફેરવીને જે મળ આજુમાજુ ચોટયો હોય તે સાદ કરો પહોંચે ત્યાં સુધી આગળી ફેરવીને ગુના સાદ કરવી એ જરૂરનું છે એવી રીતે ન કરવાથી જ તુએ ત્યાં આગળ જમા ચવાની ધારની રહે છે ગુ પ્રજ્ઞાનન માટે પાગી સ્વચ્છ વાપરવું

ઉપરથી માટે પણ શુદ્ધિની જરૂર છે આગળની ચામડીને મણિ સુધી નીચે ઉતારીને ગરમાગરમ પાણીથી હમેશા એકાદ વખત ઉપરથી ધોવું જોઈએ એ પ્રમાણે નહિ ધોનાથી નાહકની ઉશ્કેરણી, ખુજની વગેરે પેદા થાય છે ધોનાના વખતે જ ઉપરથી હાથ લગાડવો એ સિવાય ઉપરથી હાથ લગાડનાથી શુદ્ધિનો ભગ થાય છે બને તો ટૂંકા પાણીની ધારા પણ ઉપર ઉપર કરતો એથી ત્યાં આગળ રહેના યાનત તુએની શક્તિ વધે છે અને ઉશ્કેરણી વીર્યાસાવ વગેરે થતા અટકે છે જેમ ગદ્ગદ વધારે તેમ ઉશ્કેરણી વધારે એ સાધારણ નિયમ છે

વીર્યાસાવ થતો ગ્રેય તો પેટ હનકુ રાખતો અને વિચારો સારા સેરતો આ વિષય ઉપર તો પુસ્તકો લખતા જોઈએ આના દૂકા લેખોમા આટલું જ બસ છે વીર્યનો દુરુપયોગ ક્ષાપિ ન કરો મરણ વિન્દુપાતેન જીવન વિન્દુવારણાત્ । વીર્યના અકાન પતનથી

મરણ પાસે આવે છે, અને વીર્યધારણથી જીવન લાંબાય છે; એટલું અવશ્ય યાદ રાખીને.

### (૯) વ્યસનથી દૂર રહેવું.

વ્યસનમાત્ર ખરાબ છે. તમે યુવાનો છો અને હજુ તમને અફીણ, ગાંજી, લાંગ જેવાં વ્યસન તો લાગુ નહિ જ પડ્યાં હોય. માના તમે રસિયા બન્યા હશે એમ સંભવ છે. ચાનો ક્રતિદાસ તમો જાણો, તો તમો તરત જ ચા પીતા અટકો. ચા પીવાથી કબજિયાત વધે છે, બૂખ ઓછી થાય છે અને તમારા આંતરડાની ગ્લેન્ડકલા રંગાય છે. ચાથી અવશ્ય તમને ઘડીભર આરામ અને આનંદ મળે છે અને મળશે. પણ એવાં ઉશ્કેરક પીણાં આખરે તો અવસાન જ ઉત્પન્ન કરે છે. દૂધ પીવાનું વ્યસન રાખો. એથી શક્તિ અને વીર્યની વૃદ્ધિ થશે. ચા, કોફી, તમાકુ વગેરેનો ત્યાગ કરો. વ્યસનોના શુભામ તમારાથી ન બનાય. તમારા ઉપર તો મોરેરાંની કંઈ કંઈ આશાઓ છે. જો તમો જ વિલાસી અને વ્યસનલોભુષ બની જશો તો પછી જીવનસૌન્દર્યનું લાન આડે રસ્તે ચઢેલાઓને તમારા વિના કેણુ કરાયશે? જીવનશક્તિને મેળવવી હોય તો કેાઈ પણ જાતનાં પીણા છોડો.

### (૧૦) જીસ્તો કેળવો.

તમે ગમે તેવા મજબૂત હશે પણ દંડા મિશનજના હશે તો તમને ગમે તેવા નમાડો માણસ અપમાન આપી જશે. ચોખ્ખ સમયે તમારો પુણ્યપ્રકોપ લજૂકી બિડવો જોઈએ. કોઈ બહેનની લાજ લૂંટાતી હોય, અને તમો તે જોયા કરો તો ધૂળ પડી તમારા જીવનમાં, અન્યાય, પ્રપંચ, જોરજુલમ દેખીને તમારું સમસ્ત લોહી બિકળા બિડવું જોઈએ. ગુજરાતના યુવકોનું લોહી દંડું પડી ગયું છે. એકાદ મુસલમાનના બાળકથી, એકાદ અધ્યાત્મથી, ગુજરાતના નવ-યુવાનોના સાંધા ગગડી જાય છે.



જેર તો અખાડામાં જવાથી આવશે, પણ જુસ્સો તો તમને સારા મિત્રોના સંગથી, તમારી જાતને જાણી જોઈને સાદસમાં—લયમાં મૂકવાથી જ, જીવનની બેપરવાઈથી જ આવશે. અત્યારના આ યુગમાં ગુજરાતના કુમારો સાહસિક, નિર્ભય અને તેજસ્વી બને એ જોવા કયો ગુજરાતી નહિ તલપતો હોય ? સ્વામી રામતીર્થ કહે છે કે “નબળા હોયું તે પાપ છે.” આપણે નમળા હોઈશું, ઠંડા લોહીના હોઈશું, તો જ ગદમાસો કુકર્મો માટે ફાવશે. પોત્તી જમીન ન હોય તો પગ ખૂંચે જ નહિ. કુમારો ! તમો શાત, દાંત, ધાર્મિક, શાની અને તેજસ્વી બનો. તમારા ઉપર તો સારતની કેટલીયે આશાઓ નિર્ભર છે. એ આશાને સફળ કરવી એ તમારું કાર્ય છે. તમારામાં નવું લોહી છે, નવીનજ્વેષ છે, તેજસ્વિતા છે, લોખંડી સ્નાયુઓ છે. તમને ખીક શાની ? તમને નિરુત્સાહ કે વિપાદ શાનો હોય ? એ તો વૃદ્ધી માટે છે.



## ૯ : પશ્ચિમનું અંધ અનુકરણ

છેલ્લાં ત્રણેક વર્ષથી આપણાં સ્વાસ્થ્ય સચિવ અમૃતકુંવરબા યુરોપમાંથી ખી. સી. જી. વેકિસન—ક્ષય અટકાવવાની રસી લઈ આવ્યાં છે. હિંદુસ્તાનની જમીન ઉપર આ વેકિસન લખતે નાનકડું સૈન્ય પણ યુરોપથી બિતરી આવ્યું છે. અને આપણા વિદ્યાર્થીઓ ઉપર રસીઓ મૂકવી પણ શરૂ થઈ ગઈ છે. ગરીબ હિંદુસ્તાન આ માટે વર્ષ દિવસે ૭ કરોડ રૂપિયા લાગણાગટ પાંચ વર્ષ સુધી ખર્ચશે ! અને ત્યાર બાદ ત્રણત્રણ કરોડ રૂપિયા ખર્ચશે. કારણ, હિંદમાં ક્ષયરોગ ખૂબ વધે છે. એટલે અમૃતકુંવરબાનું મોહદય દ્રવી બોલ્યું અને આ ‘રસી’નું ઘન ક્ષયરોગીઓને ધરું

છે. અમૃતકુંવરના જાતે તો ડોક્ટર નથી, એટલે કાઈ અન્ય ડોક્ટરની સલાહ તેમને મળી હશે. સંભવ છે આપણા ડૉ. જીવરાજલાલની સલાહ તેમને મળી હોય. આમ અનુમાન કરવાનું કારણ છે. ત્રણેક વર્ષ ઉપર ડૉ. જીવરાજલાલએ 'ટાઇમ્સ ઓફ ઇન્ડિયા' ના ૧૫મી ઓગસ્ટના ઇન્ડીપેન્ડન્સ ડે સપ્લીમેન્ટમાં "ઈન્ડિયાઝ પ્રોગ્રેસ ઓન ધી હેલ્થ ફ્રન્ટ" નામનો લેખ લખ્યો હતો. અને એ લેખમાં તેમણે બી. સી. જી. વેક્સિનેશનને અર્ધ અર્ધો હતો. "One of the significant achievements of the Government of India on the health front is the introduction of B. C. G. Vaccination against tuberculosis." એર, ગમે તેના કહેવાથી આ રસી લાવવામાં આવી હોય, પરંતુ આ રસીથી ક્ષયનું પ્રમાણ ઘટશે, એવી શુદ્ધ લાવના તો જાહેર છે જ. ક્ષયનું પ્રમાણ ઘટતું હોય તો વાર્ષિક છ કરોડ રૂપિયાની શી વિસાત છે !

પરંતુ પ્રશ્ન એ છે કે યુરોપ-અમેરિકામાં આ રસીનો વ્યાપક ઉપયોગ થયો જ નથી. એનાં પરિણામે પણ બહુ સારાં નથી આવ્યાં એમ ખુદ હિંદ સરકારના ક્ષયરોગ સલાહકાર ડૉ. વર્ધીસ બેન્જમીને જાને જ કબૂલ કર્યું છે. એ કહે છે કે, "જો ઉત્તર અમેરિકન ઇન્ડિયનોમાં આ બી. સી. જી. રસીના ઉપયોગથી જે જોટલી મરણ-સંખ્યા ઝાંઝી થઈ છે તો આપણે આશા રાખીશું કે હિંદમાં પણ એ જ રીતે ક્ષયથી થતી મૃત્યુસંખ્યા ઘટશે." આ વાક્ય બતાવે છે કે હિંદુસ્તાનના વતનીઓ કરતાં નદન સિન્ન જાતના વતનીઓ જેમનો આહારવિહાર અને મનોવિકાસ આપણા કરતાં તદન સિન્ન છે-એવાઓ ઉપરના પ્રયોગની વાત ડૉ. બેન્જમીન કરે છે. આગળ આવતાં એ પોતે જ કહે છે કે, "યુરોપમાં છેલ્લાં ૨૦ વર્ષોથી આ ક્ષયની રસી યુરોપિયન વતનીઓમાં પણ વપરાયેલી છે, અલબત્ત બહુ ઝાંઝી જનસંખ્યા ઉપર-અને તે પણ આહારવિહાર વગેરેના

બરાબર નિયમન સાથે જ-તેના પરિણામો પણ આશ્ચર્યજનક આવેલાં છે. " નાની જનસંખ્યા ઉપર, બરાબર આહારવિહારાદિનું નિયંત્રણ રાખી, આ રસી અજમાવવાથી સંતોષકારક પરિણામ આવ્યું હોય તો તેમાં નવાઈ શી છે ? આહાર તેમ જ સુંદર ઘરો વગેરેની બધી સોંપ સાથે આવી રસીઓ લેલે અપાય. હિંદમાં તો ડાઈ જાતનું આવું નિયમન જોવામાં કે જાપવામાં નથી આવ્યું. ડૉ. બેન્જમીન કહે છે કે, " હિંદમાં ૧ કરોડ માણસો તો આ Tuberculin Negative હશે જ અને તેને આ રસીઓ આપવામાં આવશે. ૨૦ વર્ષથી ઓછી ઉંમરના આલોકો હશે. આવતા પાંચ વર્ષમાં જે આમાંના ૮૦ % ને આ રસી આપી દેવાય અને પછીની પેઢીઓમાં પણ સતત જાગૃતિ રાખી રસી આપી પુનઃ પરીક્ષાઓ થતી રહે તો આવતાં ૧૫ થી ૨૦ વર્ષોમાં ક્ષયથી થતું મરણપ્રમાણ ઘણું ઘટી જાય ખરું. ઉત્તર અમેરિકન ઇન્ડિયનોમાં જે થયું તે જે હિંદમાં થાય તો ૨૦ વર્ષ બાદ ૫ લાખ રોગી હાલ ક્ષયના છે તે ઘટીને ૧ લાખ જેટલા જ રહેશે." આગળ ઉપર આ વિદ્વાન કહે છે કે, " પશ્ચિમમાં પૂરેપૂરી તકેદારી રાખી, કંટ્રોલ પ્રયોગો કરી, જે શુભ પરિણામો લાવી શકાય છે તેવાં હિંદમાં આવશે કે કેમ તેનો ઉત્તર આજથી નિશ્ચિતપણે ન જ આપી શકાય. પરિણામો વિષે બોલવા તો કેટલાંય વર્ષો જોઈશે." મેં ડૉ. બેન્જમીનના નિવેદનમાંથી ઉપના ફકરા લીધા છે. આ નિવેદન ડૉ. બેન્જમીને કોમનવેલ્થ રિલેશન્સ કોન્ફરન્સ પાસે કરેલું છે, અને દિલ્હીના ' હિંદુસ્તાન ટાઈમ્સ ' (જુલાઈ ૧૯, ૧૯૪૯)માં છપાયેલું છે. સાચી વાત એ છે કે ડૉ. બેન્જમીનના બોલવામાં કે દલીલોમાં જરા પણ ખળ નથી. આ રસીના ઉપયોગ વિષે તે પોતે પણ શંકાશીલ લાગે છે. સંભવ છે કે જવાબદારીના ભાનવાળા સંજ્ઞનો શબ્દો તોળાતોળાને વાપરતા હશે. પરંતુ આખા નિવેદનમાંથી પ્રત્યયાત્મક વાણી મુદ્દલેય નથી વંચાતી.

જે રસી વિષે ખુદ ડોક્ટરોનો મોટો ભાગ વિરુદ્ધમાં છે એટલે

કે તરફથીમા નથી તે રસી હિંદુસ્તાનના નિર્દોષો ઉપર લાદવામા આવેલી છે. આપણા ડોક્ટરો આપણી સરકારને આપે કેનાકેવા પાટા બધાવી શકે છે તેનો આ રસી ઉત્તમ નમૂનો છે.

ક્ષયરોગના ખરા કારણો ગીચ વસ્તી, હવાઅજવાળા વિનાના ઘરો, અયોગ્ય અને અપૂર્ણ પોષણ, હવેલોણ ચિંતાઓ, બેદરકારી, સ્વચ્છતા તરફની અક્ષમ્ય બેદરકારી વા અજ્ઞાન—આ છે તે સૌ સ્વીકારશે જ. આ નિયતિ નવા પ્રવર્તી રહી છે ત્યાં આ રીતના પરિણામો કેવા આવશે તે કહેવું શુ મુશ્કેલ છે? એક અધારી ઓરડીમા પાચ્છ છોકરા સાથે માળાપ રહે છે આ છોકરાને ક્ષયની રસી આપવાથી શુ ક્ષય થતો અટકે? દૂધ, ઘી, તેલના તો ગરીબો માટે દર્શન જ હોવાના થઈ પડ્યા છે. બેસીતમ મોઢવાગી હજી વધુ ક્ષયના રોગીઓ ઉત્પન્ન કરશે. જે જનનો અયોગ્ય ખોરાક આપણી સરકારનું રેશનિંગ ખાતું આજે વર્ગોથી આપે છે તે માણસો માટે ખાવાપાયક જ નથી હોતો આ બધું છે તે હો. હવરાજ મહેતા અને અમૃતકુવડમા નથી જાણતા એમ કેમ મનાય! વળી આને માટે પ્રાથમિક શાળાઓમા જતા તમામ બચ્ચાને રાત્રી તરફથી વરસે દહાડે છ કરોડનું દૂધ આપનાતું કેઈને કેમ ન સૂઝયું? જો સરકાર એમ કહે છે કે દૂધ હાલના તમકકે શક્ય નથી તો પત્રી ઓસ્ટ્રેલિયાથી કે ખીજેથી છ કરોડ રૂપિયાની ગાયો અને ખૂટો મગાનવાનું શક્ય ન હવું? દૂધની મહત્તા, સપૂર્ણ ખોરાક તરીકેની તેની પ્રતિષ્ઠા, અમૃતકુવડમા નહિ સમજતા હોય? છ કરોડ રૂપિયા દૂધ પાછળ ખર્ચવામા આવ્યા હોત તો મારી ખાતરી છે, અને શિક્ષિત જનો પણ એ સ્વીકારશે જ કે ક્ષયરોગ જોતજોતામા ઘણો ઓછો થઈ જાત. પરંતુ આ સાદી વાત આપણા રાજધુરંધરોને નથી સૂઝી અને ખી સી. જી. વેડિસનના પ્રોપેગેન્ડા પ્રવાહમા—પછી તે સુધરેથી પ્રજામા માનસરનું ધ્યાન મેળવવાના મોહથી હો કે હેલ્થમિનિસ્ટર વધુ પડતા

પશ્ચિમી સાયન્સની સિદ્ધિઓમાં શ્રદ્ધાનાળા હોય-તણાવા એ ખરેખર અચળો પમાડનાર વાત છે. શરીર ઉપર ખાદી અને આખી અતરચેતના પશ્ચિમી એવું ઘણું ગાંધીલક્તોને માટે કહેનામાં આવે છે તે આ જોયા પડીથી તો અવશ્ય વિચારણીય લાગે છે.

વળી અગાઉ વર્ષો પહેલાં અમૃતકુવરબા બોલ્યા હતા કે “આપણા લોકો ખૂબ જ જૂનવાણી વિચારના છે; નવું તેઓ અપનાવી શકતા જ નથી” (આ સાર છે સ્મૃતિ ઉપરથી મેં આપેલો છે) એટલે હમણાં ન્યુટ્રિશનન કમિટી કે એવા જ ખીજ નામવાળા સંસ્થા તેઓએ સ્થાપી છે અને આ સંસ્થા હવે હિંદની જનતાને નવો ખોરાક આપશે. આ જ્યારે મેં વાંચ્યું ત્યારે મારા મુખમાંથી નિસાસો નીકળ્યો. આ અમારા હૃદય મિનિસ્ટર! આપણને જૂનવાણી કહીને તેઓ પોતાની જાતને પશ્ચિમી સભ્યતાના ઉપાસક તો નહિ માનતા હોય ને! ભને ન્યુટ્રિશનલ લેમોરેટરીઓ સ્થાપો, ઘોળા હાથીઓ બાધો, આંતરરાષ્ટ્રીય સમિતિઓમાં ભને એરોપ્લેનમાં બેસીને જાઓ અને હિંદ જરાકેય પછાત નથી પણ ખૂબ civilized છે એમ ભાવણું આપી આવો. લોકોને એક તરફ પેટપૂરતો ખોરાક આપવાનું આપણા રાજધુરધરોને સૂઝતું નથી, અને આવી નવી નવી સગ્યાઓ પાછળ લખજૂદ ખર્ચ ચાલી રહ્યા છે. આ કમિટીઓ કામે આપણને ખેળતો. બૂકો ધજીના લોટમાં ઉમેરીને ખાઓ, ફણગા શીડેલા કઠોળ ખાઓ, દૂધનો પાઉડર સારા દૂધની અવેજમાં લો, શકરિયાનો લોટ કે શકરિયાનું શાક ખાઓ, ટેપિઓકાનો સ્ટાર્ચ વાપરો, સોયાબીન વાપરો, મલ્ટીવિટામીન ગોળાઓ ખાવામાં લો, વગેરે વગેરે કહેશે તન કે મગફળાના ખેળતો. બૂકો રસાયણ દષ્ટિએ (chemically) ખાદ્ય ઘટકો દર્શાવનાર જરૂર હશે, પરંતુ આયુર્વેદે તેને ખાવાની મના કરેલી છે. આયુર્વેદવેત્તાઓ તો જૂનવાણી વિચારના છે જ એટલે પકડેલું પૂછું છોડે જ નહિ એમ આપણા

સુધરેલા-અથવા સુધરેનામા ખપના આડળ કરનારાઓ કહેશે વહીદા-શયુગારેના ધાન્યો-પણ હમેશા ખાના જેવા નથી. જ્યારે શાકભાજી ન મળતા હોય ત્યારે જ તે ખાના જેવા છે, કવચિત્ ખાવા જેવા છે એમ આયુર્વેદમા કહ્યું છે. પરંતુ પશ્ચિમમાથી આ તૂટ આગ્યું છે અને પશ્ચિમમાથી આનો વિરોધ નહિ થાય ત્યા સુધી આ માન્યતાને કોણ ડગાવના છ? અમલો દર્પિયા પ્રચાર પાછળ ખર્ચનાર માત્ર નર કપનીઓ, ફાર્મસીઓ, સાયન્સનો સ્વાગ પહેરાવીને નવા નવા પેટન્ટ ફૂડો હિંદમા ધાનવી રહ્યા છે વિનાયતી દનાઓ સિવાય આપણુ ડોક્ટરોને આનંદ જ નથી એટલે રોજરોજ, નીનીની દવાઓ ન આવે તો તેમને પ્રગતિ ઓગ્રી લાગે ! ડો ડેનેય વોકર જેના પ્રખર વિચારક ડોક્ટરે ચોગ્ય જ વડું છે કે, " Change has been taken to be synonymous with progress and the fabrication of new theories with truth " (Diagnosis of Man) નવા નવા વાદો એ જ સત્ય અને દિન પર દિન કંઈક નવીનતા એ જ પ્રગતિ એ આ જમાનાની ખનિહારી છ થોડા વર્ષો પહેલા 'ટાઈમ્સ'મા "આર્થરાઈટીસની રામચાણુ દવા" ઉપર લખાણ હતું. પોતાને પ્રગતિશાળી માનતા એક સદૃગ્દંથ તેના વખાણુ કરવા લાગ્યા "આ સોકોની જોલોથી તો હવે જગતમા રોગો જ નહિ રહે" એમ તે એલવા લાગ્યા હાખવાળાના ગમે તેના સ્ટરો આજે મત્યની ઉપાસના મનાય છે ! જે દવાઓના ગુણુદોષ કોઈ જાણતુ નથી તે પહેલા વિલાયતી હાખા અને એજન્સીઓ તેનો જગત પ્રચાર કરી લેન લનાને મોહમા નાખી દે છે હિન્દુસ્તાન આનો સૌથી પહેલો ભોગ અને છે પરપ્રત્યયનેય બુદ્ધિવાળા આપણે મૂંઠા લીએ એ જ એનું કારણ છે વિવેકલષ્ટોનો વિનિપાત ભર્તૃહરિએ રીક ગાયો છે હિંદના ડોક્ટરોને સર જહોન વુડ્રાફે 'ઈએંડના મનમિજ પુત્રો'નું બિરૂદ આપ્યું છે તે સાચુ નથી શું ?

હવે તો સરકાર ક્ષયની પ્રચલિત હોસ્પિટલો સ્થાપના વાગી છે - ૫૦૦ અને ૧૦૦૦ પથારીઓવાળી ! કારણ યુરોપ અમેરિકામાં ક્ષયની આટલી પથારીઓ અને હોસ્પિટલો છે, જ્યારે હિંદમાં નહિ જેવી જ પથારીઓની વ્યવસ્થા છે ! યુરોપ અમેરિકાનું સામાજિક અને આર્થિક જીવન જ આપણાથી તદ્દન નિરાણું છે તેમનો ખોરાક આમોઝવા, સરકાર બધા જ નિરાણા છ આપણે તેની નકલ કેમ કરી શકીશું ? લોકોને શુદ્ધ દૂધ ઘી આપનાના પ્રબધ કોષ્ટક વસ્તુ નથી અને આવી ગળવર હોસ્પિટલો બાંધે ક્ષય શું અટકવાનો છે ? અમેરિકામાં જે જાતની ગળવર રકમ, આશરે સિત્તેર કરોડ ડોલર, દર વર્ષે મેડિટ્રવ ખાતા માટે ખર્ચાય છે, તેની સરખામણી હિંદ કરવા જશે તો મરે નહિ ને માફ તો પડશે જ બોર કમિટીની અબજો રૂપિયાની યોજના આ લખની વખતે મારી દષ્ટિ સમક્ષ તરવરે છે પશ્ચિમના અધ અનુકરણ વિના આ ખીજી રુ છે ? મોટીમોટી હોસ્પિટલો ખોલે રોગો અટકે છે એ ખ્યાન તદ્દન જૂનલરેલો છે અરે આ હોસ્પિટલોનો સાચો લાભ પણ ગરીબોને કે સાધારણ મિતિવાળાઓને ક્યા મળે છે ? અમેરિકામાં આટલાટલી ગળવર હોસ્પિટલો અને લાખોની સખ્યામાં નસો વગેરે હોના છતાં 'degenerative diseases' જીનનો હામ કરનાર રોગો દૂકે ને બૂસકે વધતા જાય છે. અમેરિકાની બધી હોસ્પિટલોના ફંદીઓ કરતા માનસિક હોસ્પિટલોના ફંદીઓની સખ્યા ઘણી વધુ છે આ યુગમાં મજાતત્ર ઉપર જે બોલે પડે છે તે ઓઠો કરવા કોષ્ટક પ્રયત્ન કરતુ નથી અને મોટી હોસ્પિટલો ગતાનુગતિ દષ્ટિએ કાઢવી એમાં નિવેક નથી જણાતો એલોપથીએ છેલ્લા ૧૦૦ વર્ષોથી અજબો રૂપિયા એના વિરાટ દેહમાં એકલિયા કર્યા છે અને છતાંય દેશનું મરણપ્રમાણ કે રોગપ્રમાણ મુદ્દલેય ઘટ્યું નથી, ઉનડું વધ્યું છે કોષ્ટક હોગે કે એમાં વૈદ્યીય વિજ્ઞાનનો શો વાક ? સામાજિક જીવન મુધર્મો વિના ચિકિત્સકો પણ શું કરે ? આના જવાબમાં એમ કહી

શકાય કે આધુનિક ચિકિત્સાવિજ્ઞાન મામાજિક થઈ શક્યું જ નથી. આ પરદેશી છોડ હિન્દી ભૂમિ ઉપર રોપનામાં આવ્યો છે, પણ તેનામાં સામાજિક દષ્ટિ હતી જ નહિ; અને વથી તે મામાજિક થઈ શક્યું જ નથી. માયન્સ ગમે તેટલું સાયન્ટીફિક હોય પરંતુ તે જો મામાજિક ન થઈ ગયે તો શું કામનું ? એના કરતાં ઓછું વૈજ્ઞાનિક વિજ્ઞાન જો સામાજિક હોય તો દેશને તેના વિશેષ ખપ છે. આયુર્વેદ જેટલું સામાજિક આધુનિક ચિકિત્સાવિજ્ઞાન નથી જ થઈ શકનાનું, કારણ કે જનસમાજના હૃદયના ધમકારા માથે તેના મેળ ખાવો જ નથી. આ ઠતા આ દેશમાં હજી એયોપથિક હોસ્પિટલો ખોલાતી જાય છે અને જવાની. 'મેન ધી અનઅન' નામના વિશ્વવિખ્યાત પુસ્તક માટે જેમને નોબેલ પ્રાઈઝ મળ્યું છે એ અમેરિકાના ઉત્તમમા ઉત્તમ સરજન-અન્ડરવુડે એલેક્સિસ કેરોલે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે:

"The hope of humanity lies in the prevention of degenerative and mental diseases, not in the mere cure of their symptoms. The progress of medicine will not come from the construction of larger and better hospitals, of larger and better factories for pharmaceutical products. It depends entirely on imagination, on observation of the sick, on meditation and experimentation in the silence of the laboratory" (p 292)

માનસિક રોગોથી બચાવવા માટે આપણી સરકાર શું કરે છે ? બીજી ચિંતાઓ દિન પર દિન વધે એવો વ્યવહાર ચાલી રહ્યો છે. અને પાલખિયા કચ્છરો પુ એના જેવું દુનિયાની બધી જાતનાં અને Imagination-હૃદયના-કથા છે ? અનાનુગતિકતા સિવાય



ખીણું કંઈ નવીન મર્જન જણાય છે ? અને Meditation—ધ્યાન ધારણા—ક્યાં છે ? એનો તો આજે ઉપદાસ થઈ રહ્યો છે ! આ જ એલેક્સિસ કેરોલ કહે છે: In the absence of concentration, intelligence is unproductive. Once disciplined it becomes capable of pursuing truth.” ધ્યાનધારણા સિવાયની બુદ્ધિ એ હમેશા વધ્ય જ રહે છે. આ જ બુદ્ધિને જો સમાધિદ્વારા પ્રત કરવામાં આવે તો પુનિત થયેલ એ બુદ્ધિ પછી ‘સત્ય’ જોઈ શકશે.

આજે જે આવી રહ્યું છે તે જોઈને ચિત્તને એક થાય છે ગરીબ દેશના કરોડો રૂપિયા જરા પણ વિચાર વિના પરદેશીઓને આપવામાં આવે છે અને સ્ત્રી જેવી ભયંકર વસ્તુઓના હિંદના જીવાનો ઉપર આ પ્રયોગો કરવામાં આવે છે ! ૫



## ૧૦ : બલવાન બનો

બલવાન થવું સૌને ગમે છે, પરંતુ એની ઉપાસના કરનારા વિરક્તા જ હોય છે. અને આ ઉપાસના કરનારાઓમાંથી પણ સૌને બલની દેવી વગતી નથી. બલની એ દુરારાધ્ય દેવતા છે. આ શક્તિને પ્રસન્ન કરવા ભારે બલિદાનોની જરૂર છે. અવિશ્રાન્ત પરિશ્રમ, તપ, તિતિક્ષા, ધૈર્ય, મનની સમાધિ,—આ ઉદાત્ત ગુણોના ઉત્કર્ષ સિવાય, બલ નિષ્પન્ન થતું જ નથી અને ઘણી વખત તો આ ગુણો હોવા છતાંય બલ મિદ્ધ થતું નથી.

બલ ત્રણ પ્રકારનું છે: (૧) સદૃજ (૨) કાયજ અને (૩) યુક્તિકૃત.

૧. સહજ—Inborn શરીર અને મન-મનેતુ બલ જન્માદિ પ્રવૃત્તિ હોય છે મનતુ મન એટલે ઉત્સાહ પ્રાચીન બૌદ્ધ માહિત્યમા તેમ મતઃ માહિત્યમા વીર્ય નો અર્થ ઉત્સાહ જ કાવામા આવેો છે ચરક કહે છે ‘ વીર્ય વલ્લર્વર્ધનાનામ્ ’ અર્થાત્ બલ વધારનાર જેટલા લાવે છે તે સૌમા વીર્ય સૌથી ઉત્કૃષ્ટ છે ચક્રના બન્ને દીપકારો શિવદામ અને ચક્રપાણિ બન્નેએ અહી ‘ વીર્ય ઉત્સાહઃ । ’ એવો અર્થ કર્યો છે અને આ અર્થ ઉત્પત્તિ જ છે કેટલાક સ્વભાવથી જ બલવાન જોવામા આવે છે ત્યારે ખીજા સ્વભાવથી જ દુર્ગંધ જોવામા આવે છે એનું ના છું મા સહજ બલ જ છે ‘ સહજં યત્ સત્ત્વશરીરયોઃ પ્રાવૃત્તમ્ । ’ સત્ત્વ એટલે મન અને શરીર—બન્નેનું બલ જન્માદિ પ્રવૃત્તિ અથવા મહજ હોય છે ભક્તિ, શીત, ઉત્સાહ (વીર્ય) ત્રેરે સત્ત્વના નિઠારે અતિવાહિક દેહ (વિગમગી) સાથે જ સલખ હોઈ તે આપણને વારમામા પ્રાપ્ત થાય છે ‘ પૂર્વજન્મનિ યાદશં મન તાદશમેવ જન્માન્તરે પ્રાયો ભવતિ । ’ ( ચક્રપાણિ દત્ત ) પૂર્વજન્મમા જેવું મન હશે તેવું જ જન્માન્તરમા—અન્ય જન્મમા તે આપણને મળે છે આનુરશિક સંસ્કારો વિગતગીર માથે જ સંક્રાન્ત થાય છે સાત્ત્વિક, રાજસિક અને તામસિક—આમ ત્રિવિધ સત્ત્વ (મન) છે સત્ત્વગુણપ્રધાન મનમા જ ભક્તિ શીત, દયા ઉત્સાહ, આજ્ઞા ગુણો વસે છે બલવાન કુટુંબમા દીર્ઘાયુષી માતાપિતાની દુખે જન્મ-એ આપણા હાથમા નથી, પરંતુ અતિનાહિત દેહના મગ્કાગે ઉપર નિર્ભર છે બલવાન માગાપોના સતાને પશુ બધા બલવાન નયાં ટોતા—સગ્કાગે ઉપર જ સહજ બલ નિર્ભર છે શરીર અને મન-બન્નેનું બલ જન્માદિ પ્રવૃત્તિ છે

૨. કાલકૃત—‘ કાલકૃતં ઋતુવિમાગજમ્ । ’ ( ચરક ) ઋતુઓના વિમાગે અનુસાર શરીરના બલમા ઓછોવત્તો ૨૨ પડે

કે એ સૌને સુવિદિત જ છે. સંવત્સરના બે વિભાગો : (૧) આદાન અને (૨) વિસર્ગ કાલ. આદાનમાં શિશિર, વસંત, ગ્રીષ્મનો સમાવેશ થાય છે; જ્યારે વિસર્ગમાં વર્ષા શરદ હેમંતનો. વર્ષા અને ગ્રીષ્મ ઋતુમાં-વિસર્ગના આદિમાં અને આદાનના અંતમાં-મનુષ્યોનું બધું જોજામાં ઝાંધું હોય છે. વિસર્ગના મધ્યમાં એટલે શરદ ઋતુમાં અને આદાનના મધ્યમાં એટલે વસંત ઋતુમાં—મધ્યમ બલ હોય છે. જ્યારે વિસર્ગના અંતમાં એટલે હેમંતમાં અને આદાનના અગ્રભાગમાં એટલે શિશિરમાં—મનુષ્યોનું બધું ઉત્તમમાં ઉત્તમ હોય છે. હેમંત અને શિશિર એટલે આપણા શિયાળો, કારતક, માગશર. પોષ અને મહા—આ ચાર માસમાં બધું સારું હોય છે. શિયાળો બધું સંપાદન કરવા માટે ઉત્તમ કાલ છે. ખુશનુમા ઠંડી હોય છે અને શીત અનિલના સ્પર્શથી શરીરની ગરમી અંદર રહે છે એટલે જ્વરાગ્નિ પ્રબલ થાય છે—‘માત્રાદ્રવ્યગુરુક્ષમઃ’ થાય છે. ગમે તેવું ભારે ખાઓ તો પણ શીત કાલમાં જલદી પચી જાય છે. સ્નિગ્ધ, અમ્લ અને લવણ રસો વિશેષ ખાવામાં આવે, અભ્યંગ, ઉત્સાહન, ન્યાયામ, દૂધ, માખણ, મલાઈ વગેરેનું સેવન—આ બધું હેમંત અને શિશિરમાં સેવવું જોઈએ. ઉનાળો અને ચોમાસું—બન્નેમાં બધું જોજામાં ઝાંધું જોવામાં આવે છે કારણ કે એ વખતે જ્વરાગ્નિ મંદ પડે છે. સ્નિગ્ધ પદાર્થો ખાવામાં આવે છે તો પચતા નથી, વાયુ વિશેષ ક્રોધે છે.

કાલકૃતમાં ‘વયઃકૃત’ ઉંમર ઉપર પણ બલનો આધાર હોઈ વયની અવસ્થાનો કાલમાં સમાવેશ થાય છે જ. વય પણ ત્રણ પ્રકારનું છે—બાલ્ય, મધ્યમ અને જીર્ણ. સોળ વર્ષ સુધીની બાલ્યાવસ્થા. સોળથી ત્રીસ વર્ષ સુધીની વર્ધમાન અવસ્થા—period of growth. આ અવસ્થામાં બાલકની શરીરની ધાતુઓ ક્રમે ક્રમે વધતી જાય છે. અર્થાત્ ત્રીસ વર્ષ સુધીની બાલ્યાવસ્થા.

કેટલાક છત્રીમ વર્ષ સુધીની બા-ચાનરથા માને છે એમના મત પ્રમાણે ૧૬ થી ૩૬ એ ૨૦ વર્ષનો ગાળો એ વર્ધમાનારથા મધ્યમાવરથા. ૩૦ થા ૩૬થી ૭૨ વર્ષ સુધીની મધ્યમાવરથા આ અવગથામા બન, વીર્ય, પૌરુષ પરાક્રમ, અહલુધારણુ શક્તિ, નિરાન, પ્રાવીર્યનો સુદર નિકાસ થાય છે બાલ્યાનગથામા સત્વ અનનસ્થિત રહેલુ હોય છે તે હવે અનગ્થિત—steady—થાય છે, વિચાર પાકટ થાય છે વાતરયાયન ‘આસપ્તતિ યૌવનમ’— મિત્તેર વર્ષ સુધીનો યૌવન કાન ગણાવે છે

જીર્ણવરથા ૭૦ વર્ષ પગીથી શરીરની ધાતુઓ ક્ષીણુ થવા નાગે છે, ૦ દ્રિયોની શક્તિ ઓળી થવા લાગે છે મન, વીર્ય, પૌરુષ પરાક્રમ, અહલુધારણુ શક્તિ—બધુ ઓછુ થવા લાગે છે. ૭૦ થી ૧૦૦ સુધીની આ અનરથા ગણાય છે

સુશ્રુતાચાર્ય ૧૬ વર્ષ સુધીની બાલ્યાનગથા ગણે છે અને ૧૬થી ૭૦ વર્ષ સુધીના લાબા ગાળાને મધ્યમાવગથા ગણાવે છે આ ૫૪ વર્ષના લામા ગાળામા વૃદ્ધિ, યૌવન, સ પૂર્ણતા અને હાસ—આવે ક્રમ તે દર્શાવે છે ૨૦ નર્ષ સુધીમા વૃદ્ધિ ( ‘વીસે વાન’ વાગી કહેનત ઉપરથી જ પડી લાગે છે ) એટને શરીરના અગત્રત્ય ગોાની વૃદ્ધિ—development, નીસ વર્ષ સુધીમા યૌવન—Puberty આળાસ વર્ષ સુધીમા શરીરની સર્વ ધાતુઓ, ઈદ્રિયશક્તિ, બનનીર્ષ—વગેરેની સ પૂર્ણતા થાય છે આગાસથી સિત્તરના ગાળામા કર્ધક આ શક્તિ ઓનો હાસ થવે શરુ થાય છે એમ સુશ્રુત માને છે

કાનકૃત બલમા બાલ્ય અને મધ્યમાનગથા—આમા શરીરનું ખલ ઉત્તમ હોય છે ૧૬ થી ૭૦ વર્ષની અનરથામા શારીરિક અને માનસિક—મને જાતના બન ઉત્તમ હોય છે

૩. યુક્તિકૃત—યુક્તિવૃત્ત પુન આદાર્ચેષ્ટાયોગજમ્” (ચરક) આકાર અને એષ્ટા—આ મનેના યોગ ઉપર પણ બવ

નિર્ભર છે. આધાર એટલે માસ અને દૂધધીનો. ઉત્તમ આધાર: શરીરની પુષ્ટિ માટે માસ કૃત્તા બીજો ઉત્તમ આધાર એક પણ નથી એમ આયુર્વેદના આચાર્યોએ કહેવું છે. માસથી લડકનારા દૂધ ધીનો મથેછ ઉપયોગ કરે. એટલા એટલે ઉચિત વ્યાયામ અને ઉચિત વિશ્રામ.

“વલાયુપી દ્યાહારાયત્તે । (ચરક) —બલ અને આયુષ—બન્નેનો આધાર ખોરાક ઉપર છે. આધારથી જ આપણા પ્રાણ પોષાય છે. શરીરનો વધુ, દીપ્તિ, કાંતિ, પ્રતિભા, મૌસ્વય, મેધા, બલ—આ બધાનો આધાર ઉચિત અભ્યાસ ઉપર જ છે. શરીરની દૃઢતા માટે માસ (muscles) ઉત્તમોત્તમ ખાદ્ય પદાર્થ છે. દૂધ અને ઘીમાં પણ શક્તિના ભંડાર ભરેલા છે. એટલા એટલે વ્યાયામ. પોતાનું બલ જોઈ તે અનુસાર સૌએ પોતાનો વ્યાયામ યોજવો જોઈએ. વ્યાયામ શબ્દ व्यायाम to stretch out (પરસ્પૃશ) ઉપરથી પડેલો છે. જેમાં ફેંડના અવધવો ખૂબ ખેંચવામાં આવે એવી ક્રિયા એ વ્યાયામ. દંડ, બેડક, મલખા, સિંગલબાર દરેક ક્રિયામાં શરીરના અવધવો ઠીક ખેંચ અનુભવે છે.

શરીરચેષ્ટા યા ચેષ્ટા સ્થૈર્યાર્થાં વલવર્ધિની ।

દેહવ્યાયામ સંખ્યાતા માત્રયા તાં સમાચરેત્ ॥

(ચરક સૂત્ર-૭)

અર્થ: દેહ વ્યાયામ એ સંઘા શરીરની ૬૪ ચેષ્ટાઓ, શરીરનું સ્થૈર્ય અને બલની વૃદ્ધિ માટે છે. વ્યાયામનું સેવન યોગ્ય માત્રામાં કરવું જોઈએ. ઉપરના શ્લોકમાં દ્રષ્ટ ચેષ્ટા શબ્દ ધ્યાન આપવો જોવો છે. ૬૪ અને અનિષ્ટ—એ જાતની ચેષ્ટાઓ હોય. ૬૪ ચેષ્ટામાં સંક્રમણ—ફરવા જવું—જેવી ચેષ્ટાઓનો સમાવેશ કરેલો છે. અનિષ્ટમાં અતિશય ભારવાહનને ગણાવેવું છે./માથા ઉપર જોળો વહેવો એ અત્યંત અનિષ્ટ છે.)

યતુ ચંક્રમણં નાતિદેહપીડાકરં ભવેત્ ।

તદાયુઃવલમેધાગ્નિપ્રદમિન્દ્રિયવોધનમ્ ॥

સુશ્રુત-

ચંક્રમણ—કરવા જવાની કસરત—દેહને વધુ પડતી પીડા કરનારી નથી એટલે તે સેવવા યોગ્ય છે. કરવાથી મેધા, જટરાગ્નિ અને ઇન્દ્રિયશક્તિ—પ્રાપ્ત થાય છે. વ્યાયામ માત્રાસરનો હોવો જોઈએ, તે દેહને અતિ પીડા કરનાર ન હોવો જોઈએ. પોતાનું બલ-શક્તિ સમજીને તે આચરવો જોઈએ. સૌની શક્તિ એક સરખી નથી હોતી એટલે પ્રત્યેક વ્યક્તિ માટે લિન્નલિન્ન વ્યાયામ યોગ્યવો જોઈએ. જો તે જે વ્યાયામ માંદક આવે તે વને ન જ આવે.

વ્યાયામશક્તિની કસોટી કર્મશક્તિથી થઈ શકે છે. 'હેતુ' અને 'ફેટલું' કામ વ્યક્તિ કરી શકે છે એ ઉપરથી એની વ્યાયામ-શક્તિ નક્કી કરી શકાય. 'કાર્યશક્તયા હિ અનુમીયતે ચલત્રૈયિ-ધ્યમ્ ।' કયાં જાતનું 'ફેટલું' કાર્ય અમુક માણસ કરી શકે છે એ ઉપરથી એના ત્રિવિધ બલનો ખ્યાલ આવી શકે છે. માણસ 'ફેટલું' વજન ઉપાડી શકે છે એ ઉપરથી એના બલનો મારો ખ્યાલ આપણને આવી શકે છે. આ જોતાં તો 'વેઈટ લિફ્ટિંગ' એ જ બલ માપવાનું ઉત્તમ સાધન ગણાય.

મુદ્રુતે ષકાન્ત પથ્યતમ" વસ્તુઓમાં વ્યાયામને ગણાવ્યું છે. વ્યક્તિ માને વ્યાયામ સેવવો જોઈએ. શરીરની સ્થિરતા અને બલની વૃદ્ધિ—બન્ને માટે વ્યાયામની જરૂર છે. પરંતુ વધારે પડતો વ્યાયામ ન કરવો જોઈએ એ યાદ રાખવું ઘટે છે.

ચલત્તમાધાનં હિ શરીરમ, શરીરમૂલઞ્ચ પુરુષઃ ॥

બલથી જ શરીર ટકી શકે છે અને શરીર એ જ સંયોગ પુરુષનો આધાર છે. (ચરક)

(ઉપનિષદોમાં 'ચલમુપાસ્વ' બલની ઉપસના કરવાનો આદેશ છે : એક બલવાન માણસ સૌ વિદ્વાનોને કંપાવી શકે છે. બલથી જ લોકમાં પ્રતિષ્ઠા છે. બલહીન મનુષ્યો અને પ્રજાઓ જૂંડા હાથે મરવા

માટે સરળપણ છે કુરતમા બળિયાના જે લાગતો જ નિયમ સર્વત્ર જોવામા આવે છે.

આપણા દેશમા અનેક મુખોએ બલના યજ્ઞોગાન ગાયા છે રામાયણ મહાભારતના જવનંત પાત્રો બનના દર્શન આપણને કરાવીને ચક્રિત બનાવે છે ‘અયં મે દક્ષિણો વાહુઃ આયુધં સદશં મમ’ આ મારો જમણો હાથ એ જ મારું આયુધ છે એમ ભીમ કહે છે. “ફલીયા હિ વચનોત્તરા.”—બાપલા હોય તે જ બેની બગાડે છે ‘ગાણ્ડીયેન અમિધાસ્યામિ’ હું તો પ્રસંગ આવે ગાડીવ વડે જ જવામ આપીશ—આ ગર્વિષ્ટ ઉક્તિમા ધનજયનું પૌરુષ સોયે કલાએ પ્રકાશતું આપણે જોઈ શકીએ છીએ આર્ષ અન્થો અને સાહિત્યમા કયાય મહદાનપણ જણાતું નથી—દરેક પાત્ર પ્રયત્ન, બલવાન, સુદર, ઓઝસ્વી, વીર્યવાન નજરે ચડે છે કનકગિરિશિના સમાન વક્ષ, ગજવૃષભ ગતિ, લબખીનાસ બાહુ—આવા દિવચસ્પ પુરુષવર્ણનો વાચતી વખતે છાતી ગજગજ કૂનતી હું તો અનુભવ છું ઉત્તરરામચરિતમા લવનું ચિત્ર જોતા કોણ આનંદ નથી અનુભવતું ? રામના મોમા મૂક્યો નીચેનો શ્લોક તો પ્રત્યેક બાળક પાસે ગાવો જોઈએ; પ્રત્યેક નિશાળમા આ શ્લોકના પાટિયા અને એવું જ સુદર લવનું ચિત્ર ચીતરાવીને ટાંગવું જોઈએ આ રક્ષા એ પ્રાણવાન શબ્દો —

દૃષ્ટિસ્તૃણીકૃતજગત્રયસત્ત્વસારા  
ધીરોદ્ધતા નમયતીવ ગતિર્ધરિત્રીમ્ ।  
કૌમારકેઽપિ ગિરિવદ્ ગુરુતાં દધાનો  
વીરો રસઃ કિમયમેત્યુત દર્પં ઇવ ॥

ઉત્તરરામચરિત (અ ક ૬, શ્લોક ૧૯)

આ ચાલમા કેટલી ખમારી હશે ? આના યુગનો ત્યારે આપણા દેશમા પાડજો ત્યારે જગત આખું આપણને માન આપતું થશે.

સુકલડી શરીરો વડે ' ક્રાંતિ ક્રાંતિ ' ની જૂઓ પાડવાથી ક્રાંતિ નહિ આવે. આંખનો સીનો જોઈને જ્યારે જાલીગોના ગાત્ર ગળી જશે, સિંગધ ગંભીર એવા ઘોષની ગજનાથી દુસ્મનના હાજી જ્યારે ગગડી જશે, ઉગામેવા હાથમા ઇડના વજનું જ્યારે કાદિન્ય અને કરાવપણું જણાશે ત્યારે જ ક્રાંતિ આવશે અવશ્યક યાચનાથી મળતુ નથી કે દીન મનુષ્યોને તે પ્રાપ્ત થતુ નથી. " તદ્દ્યોક્તે ન તુ યાચતે ન તુ પુનઃ દીનાય ઘા દીયતે । " હિ મત હોય, ધ્વજા હોય તે મેળવવાની તો સાહસ કરો—સાહસ બતાવો—નહિ તો પત્રી ખાલી મોરમકોર છોડી ઘો બવની ઉપામના એ આ યુગનો ધર્મ ધર્મ જવો જોઈએ.



## ૧૧ : અન્નેડ અદ્ભુત મહાયંત્ર

### હૃદય

જ્યાં ને ત્યા આજે ' હાર્ટડિસિઝ ' નું નામ સાલજવા મળે છે પરંતુ આ રોગોનો માત્રો ખ્યાલ સામાન્ય માણસોને મુદ્દવ નથી હોતો. આ સમઘી કર્મક ખ્યાલ આવે એટલે આ પ્રયાસ છે

ધણા લાઇઓ આ યંત્રયુગમા અદ્ભુત યંત્રોની વાતો કરે છે યંત્રોની વાતો કરતા થાકતા નથી પરંતુ જગતમા જે યંત્રોનો નેટો નથી એવું હૃદય—યંત્ર આ બધા યંત્રોને આખા પાડી દે એવું અદ્ભુત છે એનો એમને ખ્યાલ નથી. હજારો વર્ષો થયા આ અદ્ભુત યંત્ર પોતાનું કામ શાંતિથી, જગ પણુ ઘોઘાટ કર્યા પિના, કર્યે જ જાય છે અને તે પણુ જે મનુષ્યશરીરમા એ ગોઠવાયેલું



છે એ મનુષ્યની ઇચ્છાના જરા પણ કંટ્રોલ વિના ! આ યત્ર એક મિનિટમા આશરે ૭૦ વાર ધમકે છે આખા દિવસમા લાખ ઉપ રાત ધમકારા ! એક વર્ષમા ૪૭ લાખ વાર ! આ નાનકડા યત્ર માથી આટઆટના ધમકારા ! નાનકડા ખાનામાથી લોહીને પાંચમ કુવા માટે જરા પણ અટક્યા વિના આ હૃદય પોતાનું કાર્ય ક્યે જ જાય છે જરા વચમા અટકી જન તો મનુષ્યના રામ રમી જાય છે બાગક જન્મે છે તારથી જ તેનું કાર્ય શરુ થાય છે તે ઠેક ભરતા સુધી, અત્યાહત ગતિએ, આ યત્ર ધમક્યા જ કરે છે એને જરા પણ થાક ખાનાની કુરસદ નથી ! જીવનમા આવું યત્ર કોઈએ જોયું છે ? જન્મથી તે મરણ સુધી સામાન્ય રીતે સિતેર ન્યોની આયુષ મર્યાદા ગણીએ તો હૃદય જીવન દરમિયાન ૨,૮૦૦,૦૦૦,૦૦૦ વાર ધડકે છે અર્થાત્ સકાય વિકાસ અનુભવે છે અને આ દરમિયાન ૪૦ ૦૦૦,૦૦૦ જેવન લોહી પપ વરે છે ! આ બધા કાર્ય માટે એને કોઈ સચાલકનો કાળૂ પણ જાગતો નથી એ સ્વેચ્છાએ જ પોતાનું કાર્ય બજાવે જાય છે પરંતુ આ એક જ આશ્ચર્ય નથી આત્રા તો અમ ખ્ય આગ્યો એમા ભરેના છે જોવી જરૂર તે તે મુજબ પ્રસંગને અનુકૂળ કાર્ય બજાવનાની તેની શક્તિ અજબ છે

### હૃદયનું કામ

આથી તો આપણા યાનવન આચાર્યોએ હૃદયને ચેતનાગ્રાન માનેનું છે અન્તરાત્માનું શ્રેષ્ઠતમ આયતન હૃદયને ગણવામા આવેનું છે મુખ અને દુખનું પ્રકાશક હૃદય જ છે આ હૃદયનો સકાય અને વિકાસ પુન પુન પોતે જ કરે છે ‘સ્વત કુર્ધાત્’ એને ચતાવનાર કોઈ બીજાની જરૂર નથી પડતી એ એનો અર્થ છે અને આથી જ એની સ્વાયત્તતા આપણને આશ્ચર્યમા ગરકાવ કરે છે નાડીચત્રનો હૃદય ઉપર કાળૂ જરૂર છે જ, પરંતુ એ શરીરની જરૂરિયાતો માથે તાન રાખના પૂરતો જ છે આ સકાય

વિકાસ એના પોતામ. જ રહેલો છે એથી જ એક વિદ્વાને કહ્યું છે કે હૃદયની આ સપ્રમાણુગતિ છે હૃદયના સંકાયવિકાસમા નાડી-સંચાન નિયામક છે પરંતુ કારણ તો નથી જ. હૃદયના સંકાય-વિકાસનું કારણ રમ્ય હૃદય પોતે જ છે યોગનાશિષ્ટકારે આથી હૃદયમા 'ચિત્તસન્નિત' છે એમ જણાવેલું છે સત્ત્વ, રજ અને તમસનું અધિગમન હૃદય છે એમ સુશ્રુતે કહ્યું છે. વાઝમટે મનનું સ્થાન, ઓજનું સ્થાન અને વિચારનું સ્થાન હૃદયને ગણાવેલું છે યોગીઓ 'જ્યોતિનું દર્શન આ હૃદયમા પસેના ભગવાનનું ધ્યાન કરના આથી જ કહે છે આવુનિકે ચેતનાનું ધ્યાન મગજમા માને છે ત્યારે આપણે ચેતનાનું સ્થાન હૃદયને માનીએ છીએ આ વિરોધ સહેનાજી ટાળ્યો ટાળી શકાય એમ નથી. પરંતુ આપણે એ વિનાશમા ઊતરવાની જરૂર નથી. વિદ્વાનોનો એ વિષય વિદ્વાનો માટે જ રહેવા હર્ષ્ય

### અદ્ભુત યંત્ર

મનુષ્ય જ્યારે આગમ લેતો હોય ત્યારે ૯૫ સુમારે એક કનામમા ૮૦ વાર લોહીપ્રપ કરે છે સખત મજૂરી વખતે, વ્યાયામ વખતે, કે આવેશના પ્રમગ્નોએ હૃદયનો વેગ ખૂબ જ વધી જાય છે, સંકાયવિકાસ ખૂબ વધે છે પ્રત્યેક ૩૦ થી ૫૦ ક્વોર્ટર લોહી પ્રપ કરે છે અને દર ક્વાર્ટર ૪૫૦ થી ૬૦૦ ગેલન લોહી પ્રપ કરે છે. આ લોહી પ્રાણને ધારણ કરે છે એટલા ખાતર તો એને 'જ્વાળાન' તરીકે ઓળખવામા આવે છે. શરીરની પ્રત્યેક ધાતુને આનસ્યક તરૂવો લોહી દ્વારા પૂર પાડવામા આવે છે એ હૃદયનું પરોપકારી કાર્ય છે પરંતુ આ અન્યાદત ગતિ એના પોતાના જીવનનિભાવ માટે પણ તેટલી જ આનસ્યક છે. ધમનની સારીયે શક્તિ અને જોજ પૂરો પાડનારું આ હૃદય બગેબર એક અદ્ભુત યંત્ર નથી શું ?

દર ધમકારામા ૩-૧૦ સેકન્ડ જાય છે ત્યારે ૫-૧૦ સેકન્ડ એ આરામ લે છે આપણે આ પ્રમાણ નજર સામે રાખી કહીએ તો હૃદયનો પર્ણોથી હૃદય દિવસમા નવ કલાક કામ કરે છે ત્યારે બાકીના પદર કલાક તે આરામ લે છે !

ત્યારે આપણે સખત પરિશ્રમ કરીએ છીએ કે ક્રોધના આવે શમા આરીએ છીએ ત્યારે હૃદયનો વેગ ઘણો વધી જાય છે એ સૌને ખબર છે આ વખતે હૃદય દિવસના નવ કલાક લેખે કામ નથી કરતું, ૧૦-૧૫ કે ૨૦ કલાક લેખે કામ કરે છે આનો અર્થ એ થયો કે હૃદય વધુ કલાકો કામ કરે છે, ઘણો સમય આરામ લઈ શકે છે આ દોડધામના જમાનામા સતત ચિંતા અને શોકના જમાનામા આપણા હૃદયને ઘણું કામ કરવું પડે છે અને ઝોલામા ઝોલો આરામ મળે છે પરિણામે આ યુગમા ઘણા માણસોને હૃદયના રોગોથી પીડાતા આપણે જોઈએ છીએ મનની શાંતિ શરીરની શાંતિ-આ બંને એક બીજા ઉપર નિર્ભર છે મન સુખ થતા શરીરનું નાડીયત્ર સુખ મને છે, હૃદયના ધમકારા વધે છે અને સક્રિય શરીર અમિત થાય છે આથી જ ધ્યાન, ધારણા, શાંતિ-આ જમાનામા કેટલા અનિવાર્ય છે એ મમજશે.

માનસિક આવેશોથી થતા ધમકારા એ એક માનસિક પ્રક્રિયા છે, એટલે એમા હૃદયમા કંઈ નુકસાન થયેતું જણાતું નથી, પરંતુ હૃદયને ખરું નુકસાન કરનાર તો સંધિવાતજન્ય જ્વર, ચાદી વા રાકી, રિથ્મિકરિયા, એપી ટોન્સીલ્સ, ન્યુમોનિયા, પરમિયો વગેરે જ હોય છે આ રોગો હૃદયની માસપેશીઓ અને વાલ્વ (પડદાઓ)ને ખગાડે છે અને પરિણામે હૃદયરોગો જન્માવે છે, અંગને આવડતું ઘડપણ પણ ધમનીઓની સ્થિતિસ્થાપકતા નષ્ટ કરી તેને કઠિન વા સંકુચિત મનાવે છે પરિણામે લોહીને ધરેવાના કાર્યમા નિષ્ફળ આવે છે એનું પરિણામ ॥ યની માસપેશીઓ ઉપર થાય છે સંધિ

વાનો તાવ હૃદયનો પહેલા નંબરનો દુશ્મન છે. નાના બચ્ચાંના હૃદય ઉપર એની કાતીલ અસર થાય છે જે ચિરસ્થાયી રહે છે. હૃદયના પડદા (વાલ્વ)ને બગાડે છે. અને દૈવીક વખત તો દર થડકે લોહી પડદા વાટે પાછું ફરે છે. આ એક ભયંકર આશ્ચર્ય ગણાય.

### રોગની ઉત્પત્તિ

બીજો દુશ્મન સિદિલિસ—ચાંદી વા ટાંપી. સિદિલિસ મોટે ભાગે ૨૦ થી ૩૦ વર્ષની અવસ્થામાં થાય છે. પરંતુ એની માઠી અસર તો ૧૫-૨૦ વર્ષો પછીથી થાય છે. આ બધાં વર્ષો દરમિયાન એર મહાધમની અને ડાબું નિવય જોડનાર પડદા સુધી પહોંચી જાય છે. આ બધા વખત દરમિયાન દરદી પોતાને તદ્દન સુરક્ષિત માનતો હોય છે, ત્યારે એકદમ અચાનક શ્વાસકૃશ્ણતા, શ્વેત, હૃદયના ધબકાટ, અશક્તિ વગેરે લક્ષણો પ્રાદુર્ભાવ પામે છે ત્યારે જ તે આ ગુપ્ત યોરની ગંભીર નુકસાનીથી જાગૃત થાય છે, પરંતુ તે વખતે દુર્લભ મોકુલ થઈ ગયું હોય છે.

હાઈડ્રોસિસમાં વેદના એ અગત્યનું લક્ષણ છે. પરંતુ આ રોગનાતું સ્થાન હૃદયથી ઘણું દૂર હોય છે. હાયપરગ્લોબીનિયામાં, મલાના લાગમાં, પેટના ઉપરના લાગમાં વેદના અનુભવાવ છે. દૈવીક વખતે હાથ દાઢ શરીરમાં લાગે છે.

દાખલો લઈ આ વાત સમજશું. એક જૂની મોટર છે પરંતુ તેના શેક ખુબ જતનપૂર્વક તે વાપરે છે, ખાડાખાઓચિયામથી તે એને બચાવે છે અને લાભો વખત સુધી એ મોટરથી કામ લે છે. બીજા પાસે તદ્દન નવી મોટર છે પરંતુ તે અત્યંત બેદરકાર હોઈ તેનું મશીન જતનથી બગડે છે. હૃદય પણ આમ જ છે. હૃદયગગી પોતાનો જીવનવ્યવહાર મિત્રયોગથી ચલાવે છે તો તેના જીવનને કશી જ ધમ્મ થતી નથી હૃદયના ઘણા દરદીઓ તો હૃદયના રોગ કરતાં એની ચિંતાથી અને લયથી જ વધુ પીડાતા હોય છે. આવા દરદીઓને મમળવવું જોઈએ કે ઘણાંયે હૃદયના રોગીઓ ૭૦-૮૦ વર્ષો સુધી સુખેથી જીવી ગયાં છે અને જીવે છે. હૃદયના રોગ જીવલેણ છે, કષ્ટસાધ્ય છે, લયંકર છે એ ચિંતથી જ ખુબ નુકસાની થઈ છે. હૃદયરોગનો આઘ અબધારી જોમ્સ મેકેન્ઝી પોતે હૃદયરોગી હતો છતાં જીવ્યો ત્યાં સુધી ખૂબ જ પરિશ્રમ કરતો હતો. હૃદયના રોગી આ વાત ગરાબર સમજ લે એ જરૂરી છે. એને સુવાડી જ દાખલો, હાલચાલ એની બાંધ કરવી, એના માનસ ઉપર આવાં સૂચનોથી જે માડી અસર જન્મે છે તેના પ્રમાણમાં તેની ક્રિયાઓથી એને ઓછું નુકસાન થાય. ડાહ્યા ચિકિત્સકો પોતાના દરદીઓનું માનસ સમજીને જ ગોણે છે, સૂચનાઓ આપે છે અને પોતાની પ્રખલ પ્રાણશક્તિ દ્વારા ડરપોક દરદીને ત્રાસાહિત કરે છે.

### ડર કાઢી નાખો

હૃદયનો અમુક એક લાગ ખૂબ બગડી ગયો હોય તોયે બીજા લાગોથી ચાલાક દરદી પોતાનો તમામ કારભાર વર્ષો સુધી સહેલાઈથી ચલાવી શકે છે. દરદીમાં વિવેકશક્તિ જોઈએ, ધૃતિ અને શાંતિ જોઈએ ઈશ્વર ઉપર આરથા જોઈએ. ઈશ્વર કતીહતી છે એ લાવ દરદીમ નહિ હશે અને કેવળ ડોક્ટરોની દયા ઉપર જ તે જીવવા ઇચ્છે તો એ દુઃખી થઈને મરશે. હૃદયરોગોમાં શાંતિ, ધૃતિ, ધ્યાન

શ્વિરાસિમુખતા ખૂબ જ આવશ્યક છે. આ નહિ હોય અને અનેક ારુણ ચિંતાઓમાં દરદી રૂએલો રહેશે તો એને કાઈ પણ દવા ઝવાડી નહિ જ શકે. ચિકિત્સક કહે તેમ નિષ્ઠા રાખીને કરવું, મનમાંથી ડર કાઢી નાખવો, હૃદયમાં ખીરાજેલો ઈશ્વર એની રક્ષા કરનાર છે એ શ્રદ્ધા જરૂરી છે. યોગ્ય આરામ, યોગ્ય આહાર અને યોગ્ય વિહાર—આ ત્રણેની એકરૂપતા આવશ્યક છે.

### માનસિક નમળાઈ

ચિકિત્સાવિજ્ઞાન ખૂબ કાવ્યું છે. હૃદયનો ખૂબ ત્રીણવટભર્યો અભ્યાસ થયો છે. શસ્ત્રક્રિયા નિષ્ણાનો પણ તેની વાહરે આવ્યા છે. હૃદય આખું ખોલીને મરજનો રોગિષ્ટ ભાગને દુઃ કરી શકે છે. મિહિલીસ જેવા રોગ માટે રામખાણ ગણી શકાય એવી દવાઓ અસ્તિત્વમાં આવી છે. છતાંય ખેદ સાથે કહેવું પડે છે કે દિનપ્રતિદિન હાટના રોગો વધતા જતા જોવામાં આવે છે. વિદ્વાનો માને છે કે પહેલાં જે રોગોનું નિદાન હૃદયરોગ હોવા છતાંય અન્ય નામોથી ધયું હતું તે હવે હૃદયનો અભ્યાસ વધતાં હૃદયરોગની ગણનામાં આવ્યું છે એ પણ કારણ છે. આયુર્વેદમાં પ્રાચીન વંધી (શાસ્ત્રીય ચિકિત્સાથી) તેથી પણ ઘણી વૃદ્ધ અવસ્થામાં હાટના રોગો દેખાવા લાગ્યા હોય. મને લાગે છે કે બહુ જલદ દવાઓનો મારો, અનહદ લોભવૃત્તિ અને તાત્કાલિક માનસિક નમળાઈ વા અશાંતિ, ઉત્તેજક ખાનપાન વગેરે કારણો છે. દર વર્ષે દસ ખોલાવવાનો પ્રાચીન રિવાજ અસ્ત થયો છે એ પણ એક પ્રબલ કારણ છે. દર વર્ષે શરફતુર યોડું લોહી દસ ખોલાવીને કદાવી નાખવાનું આયુર્વેદ ખૂબ લાઃ પૂર્વક કહે છે. આ સારી પ્રથાનો લોપ થતાં આજે બહુપ્રેચ હાટડિસીઝ વગેરે વધુ જણાવા લાગ્યાં છે. ચરકસ્મૃતિમાં ૬ ખોલાવવાની (સિરામોક્ષણ) વાત ઉપર બહુ જ ભાર મૂકેલો છે આ જમાના માટે દસ ખોલાવવાની પ્રથા સજીવન કરવાની ખાસ જરૂર છે

## ૧૨ : કુટુંબ આયોજન

એક જર્મન કામશાસ્ત્રીના પુસ્તક ઉપરના એ જોનામાં વિશ્વ-વિખ્યાત કામશાસ્ત્રપારગત શ્રી હેનલોક એલિસે લખ્યું છે કે 'વર્તમાન સુધારાની ખરી આવી મહાનુ છે'—Pretense is the key to modern civilization ' ગમે તે વસ્તુ વહેતી મૂકો પરંતુ કાષ્ટ બહાનુ ગોપી કાઢો—બસ, પછી તે વસ્તુ મડસઠાટ આવશે વર્તમાન સુધારાની આ તામીર હેનલોક એલિસે બરાબર પ્રગટ કરી છે.

હમણાં તાજેતરમાં કનકલા મુગમે પ થી ૧૧ જાન્યુઆરી (૧૯૫૭) માં ત્રીજી નિષ્કલ્પભારત કુટુંબઆયોજન પરિષદ ત્રીમતી ધનવન્તી રામરાવના પ્રમુખપણા હેઠળ ભરનામાં આવી હતી. સાત દિવસની આ પરિષદમાં ભાગ લેના માટે સિયોન, પાકિસ્તાન, સિંગાપોર અને ખીજા દૂરદૂરના દેશોમાંથી અને ૪૦ પ્રેક્ષકો આવ્યા હતા.

નેશનલ પ્લાનિંગ કમિશનના સભ્ય ડૉ. જી. સી. ઘોષે તેમના પ્રસ્તાવિક લાપણુમાં આ નિષ્કલ્પની મહત્તા કે ગભીરતા દર્શાવી હતી. લેડી ધનવન્તીએ પ્રથમ પંચવર્ષીય યોજનામાં આ કામ માટે ૬૫ લાખ રૂપિયા ખર્ચ પેટે મંજૂર થયા હતા છતાં તેમાંથી લાગ્યે જ અર્ધી રકમ ખર્ચાઈ હતી એમ જાહેર કર્યું અને આ છતાંયે દ્વિતીય પંચવર્ષીય યોજનામાં પાંચ કરોડ રૂપિયા મંજૂર થયા છે. આ કામ માટે હવે એક 'સેટન ઇન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ ફેમિલી પ્લાનિંગ' નામની સંસ્થા સ્થાપનામાં આવનાર છે, જેથી આ કાર્યને સારો વેગ મળે. ૧૯૫૬માં કુટુંબઆયોજન પરિષદ રજો તે પહેલાં આ કાર્યની પ્રગતિનો વેગ ખૂબ જ વધ્યો હતો.

આ ક્ષેત્રમાં કામ કરનાર સૌ ડૉર્સને દેશની વસ્તી દર વર્સ ૫૦ લાખ જેટલી વધતી ચાલી જાય છે તેનાથી ચિંતા થાય છે. આ વસતી-વધારો આપણા આર્થિક તંત્રના માળખાને તોડ

નાખશે, આપણી જેતીવાડી અને અન્ય દિશાની પ્રગતિને ડહી નાખનાર નીવડશે અને દેશ માયકાગવાં, અર્ધજૂથ્યાં માણસોથી ઉભરાશે એમ વિદ્વાનોને લાગે છે. આપણે હજી ખોરાકની ખાધને પહોંચી વળી શકતા નથી, મકાનોની તંગી પાર વિનાની અનુભવનામા આવે છે; ભારત સરકાર આ દુઃખ વસ્તુસ્થિતિથી પૂરેપૂરી મલાન છે એટલે તે પણ વસતીના વધારાને કોઈ પણ રીતે અટકાવવા ખૂબ જ આતુર છે આ માટે પૈમાની પરવા કર્યા વિના આ મહાપ્રશ્નને વાસ્તવિક ભૂમિકા ઉપર મૂકવા માગે છે. કચકતા યુનિવર્સિટીના વાર્ડમ આન્સેલર ટ્રો કે. સિદ્ધાંત તો કચકતામા મળેલી આ પરિપક્વતા એટલે સુધી જોડ્યા હતા કે પ્રતિદિન ૧૨ થી ૧૪ હજાર વસતીને વધારો કોઈ પણ રીતે જો અટકાવનામા નહિ આવે તો આપણા બધા આયોજન નિષ્ફળ જનાના છે. પ્રજાસત્તાક રાજ્યમા કોઈ વિનાશક પદ્ધતિઓ (destructive methods) અમલમા ન જ મુકાય, તો પ્રજાએ સવેળા આ માટે જગવું જોઈએ આ વિનાશક પદ્ધતિઓ દ્વારા ગર્ભપાતને કાયદેમર બનાવવાની ગર્ભિત નાત છે એવું અમારું માનવું છે.

અમો કુટુંબઆયોજનની વિરુદ્ધ નથી અમારો વિરોધ તો આજ સુધી આવી યોજનાઓનો લાભ શકત લાગેનાઓ જ ઉઠાવે છે, ગામડાના અણુ માણસો સુધી આવી યોજનાઓનો લાભ પહોંચતો નથી તે સામે છે આજે કુટુંબઆયોજન આલી રહ્યું છે તે અમારા મતે એક લયકર રાષ્ટ્રીય આપત્તિ (national catastrophe) છે. જેમને ઘેર ૫ થી ૮ સંતાનો હોવા જોઈએ તેમને ત્યાં ૬ સંતાનો જ જોતો નથી! જે વિશાળ બગ લાગેમા એઓ રહે છે, તેમા બાળકોનો કિંવકિલાટ સાલજવામા નથી આવતો. જેમને ત્યાં મોટરો છે, ઠીક ઠીક આર્થિક સપ્તિ છે તેમને ત્યાં લાગ્યે જ સંતાન જોવામા આવે છે. સમાજશાસ્ત્રીઓએ



ગુજરાતમાં આનું સેન્સસ કાઢવું જોઈએ ન્યાયાધીશો વકીલો, પ્રાધ્યાપકો, શ્રીમત વેપારીઓ, દાકતરો—આ વર્ગમાં સરેરાશ પ્રજાનું પ્રમાણ કેટલું છે તે માલુમ જોઈએ અને અમારી ખાતરી છે કે આ પ્રમાણ સૌને ચોક્કસનારું જ આનું અમેરિકા અને યુરોપના કેટલાક દેશોમાં આના સેન્સસ લેવાયેલા છે અને આનાઓને ત્યાં ભાગ્યે જ એકેક સત્તાનું છે એવું જાહેર થયું છે ગુજરાતમાં જો કોઈ વિદ્વાનો વેપારીઓ પ્રાધ્યાપકો વગેરેને અમો ઓળખીએ છીએ તેમને ત્યાં માત્ર એકેક સત્તાનું છે વા મુદ્દન નથી અને આજે કુટુંબ-આયોજનનો લાભ લેનાર, ખીજા શબ્દોમાં કહીએ તો મતતિનિરોધના સક્ષ્મ ઉપાયો આ સારા વર્ગના લોકો જ મુખ્યત્વે વાપરે છે। એક તરફ જ્યાં વધુમાં વધુ બાળકો જોઈએ ત્યાં મતાનો જ નથી, જોઈએ ખુશીથી પોતાના બાળકોને સારી રીતે ભણાવી શકે એમ છે ત્યાં કોઈ ભણનાર જ નથી, જ્યારે બીજી તરફ પછાત ગણ્યાતી પ્રજા આદિવાસી દૂનગા, ભીન, ચોધરા, કોળા વગેરે કોમોમાં વસતી કુટુંબોને બૂમકે વધતી ચાલી જાય છે જ્યાં ખાવાનું નથી, પહેરવાનું નથી રહેવાનું નથી બાનકેજરનું યાન નથી કુદરતની કૃપાથી જ જોઈએ ઉછરે છે ત્યાં વસતીનું પ્રમાણ વધે છે આમ કેમ થતું હશે? કુદરતનો કોઈ હેતુ હશે? હા હેતુ છે કુદરત કદાપિ વેક્યુમ સહન કરી શકતી જ નથી સારા માણસોને ત્યાં સત્તાનોની ખોટ છે તે કુદરત પછાત પ્રજાઓમાં નહીં સત્તાનો જન્માવીને નાજવું બરામર રાખે છે

અમો ઇન્ડીએ છીએ કે આ પછાત પ્રજાઓમાં સતતિ નિવાસક કેન્દ્રો ખોનાય સારી ભણેની ગણેની સ્ત્રી દાકતરો એમની વચમાં મિશનરી રિપરિટથી—ઉત્કટ સેના ભાનનાથી—જઈને વસે તેમને આ સાધનોનો ઉપયોગ શીખનાડે અને પ્રજા અટકાવે એવું અમો ઇન્ડીએ છીએ આજે તો મધ્યમ વર્ગના લોકો, જેમણે જ પ્રજાને

સારો ફાત આપણને પ્રાપ્ત થાય છે, અને થીમતો અને લણેલા સ્ત્રી-પુરુષો જ આ કૃત્રિમ સાધનો વાપરે છે. ત્યાં વધુ પ્રજા જોઈએ ત્યાં જ માડ નહિવત્ પ્રજા હોય છે અમારે મતે આ એક ગંભીર ગાંઠિય આપત્તિ છે

ગામડામાં પછાત વર્ગોમાં આ સાધનોનો ઉપયોગ કેમ કરવો એ શીખવવાની કોઈ હિંમત કરશે ? મુગ્ધતા ગોના રાણા જેવી કેમોમાં એક હોનમાં પાચ કુટુંબો બેગા પડ્યા નાખીને સૂએ છે અને આ પરિસ્થિતિ ધણા ગરીબ ઘરોની હશે આવી કેમમાં કૃત્રિમ સાધનો પહોંચે એક અમો છત્તીએ છીએ પરંતુ આ સાધનોને તેઓ રાખશે ક્યા ? રાખવાની કોઈ ગુમ જગા જ ધરમાં હોય ત્યારે ને ? ઘરના બાળકોના હાથમાં આ આવે ને તેનાથી બાળકો ગમવા મંડી જાય તો નવાઈ નહિ ! આ દેશની પારાવાર ગરીબાઈ અને ધરધરમાં વ્યાપેલું અજ્ઞાન નિવારના, લાખો સાધુમાધ્વીઓ આરા ધરના સત્તાનોમાથી નીકળવા જોઈએ અને આ પ્રજા પાસે પ્રકાશ લઈ જવો જોઈએ અમો કહીએ છીએ કે અહીં કોઈનો પગસંચાર થતો નથી અને શહેરોમાં જ તૂત પૂરજોશથી ચાલી નહ્યું છે. શહેરોમાં કૃત્રિમ સાધનો સતતિનિગ્રહ માટે કોઈ ન વાપરે એમ કહેવાનો અમારો ભાવ છે જ નહિ; શહેરો ભરે વાપરે પરંતુ વધુ ધ્યાન આપા કુટુંબ-આયોજન કેન્દ્રોમાં કામ કરનારાઓએ ગામડાની તદ્દન પછાત, દીન, દીન કેમોમાં આપવું જોઈએ એવું નહિ થાય અને લણેલાગણેના, ખાધેપીધે મુખી લોકોમાં જ જો મતતિનિરોધ ચાલ રહેશે તો એક વખત એવો આવશે ત્યારે ગામની લગામ આ પછાત કેમોના હાથમાં જશે અને ત્યારે મસ્કાર અને શાણું પણની શી દુદ્દશા થઈ હશે તે માટે રોવાનો સમય જ આવશે પછાત પ્રજાઓની વધતી જતી વસતી રોકાય એ જ એક માત્ર ઉદ્દેશથી કુટુંબ-આયોજન-કેન્દ્રો ચલાવાય એમ કહેવાની અમો ધૃટતા હશે છીએ.

અમો સમજીએ છીએ કે કુટુંબઆયોજનમાં કેનજ કૃત્રિમ સાધનોથી સતતિનિરોધ કરવો એટલું જ સમાપ્ત નથી, તેનો ઉદ્દેશ વ્યાપક છે પરંતુ અમો કહીએ છીએ કે સતતિનિરોધ ‘બર્થ કંટ્રોલ’નું જ આ નવું નામ છે. કૃમિની પ્લાનિંગ, પ્લાન્ડ પેર-ન્ટફડ, આ બધા નામોની પાછળ કૃત્રિમ સાધનોથી વસતીને અટકાવવી શસ્ત્રક્રિયાઓથી પ્રગ્તને થતી અટકાવવી તે જ મુખ્ય વાત છે બહાનું કાઢનામાં આજનો જમાનો ખૂબ જ નિષ્ણાત છે અને આ બહાનું એવું સુદર રીતે રજૂ કરનામાં આવે છે કે તેની આમે જોલવાનું કોઈનું ગજું નથી આનંદ વર્તમાન સુધારાની આ રિગેયતા છે એમ જ ઉવનોક એનિસે કહ્યું છે તે ખૂબ જ યથાર્થ છે.

માથ્યમે વસ્તીના વધારાનો પ્રશ્ન સૌ પહેલાં અચ્ચો પશ્ચિમન જોળની આ પેદાશ એટલે એનો પ્રચાર ખૂબ જ વ્યાપક બન્યો. માથ્યમે લવિધ્યવાણી લાખી કે ૫૦ વર્ષો સુધી આવો જ વસતીને વધારો એકધારો આલ્યા ઝરગે તો ૫૦ વરસમાં પ્રજા બમણી થરે અને પ્રગ્તનો જૂખમગથી સહાર થશે દયાળુ ઈશ્વરની કૃપાથી માથ્ય સની આ લવિધ્યવાણી મોટી પડી છે, પ્રજા બમણી થઈ નથી અં હવે આ કુટુંબઆયોજનની પરિપક્વ ગજવનાગ પણ આવી ■ લવિધ્યવાણી આકડાઓ ટાકીને, હિસામો મૂકીને, આપણી સમ હિસારે છે અમોને આ બધા હિસામો કે ગણતરીઓ અને લવિધ્યવાણીઓ તદ્દન અશાસ્ત્રીય લાગે છે, ઝંઝૂની પ્રચારકોનું એક જાત ઝંઝૂન લાગે છે આપણા જોળ કરતાં લગવાનની કરુણાનું મૂલ અમારે મન વધુ છે અને જો સહાર થવાનો જ હશે તો તે સહા અટકાવનારા આપણે કોણ? વૈજ્ઞાનિક જમાનામાં આવું અવૈજ્ઞાનિ જોલનાર એવકૂદ જ લેખારો.

સ્ત્રીઓ હવે ઘણી મોટી ઉમરે એટલી મોટી ઉમર થાય ત સુધી લગ્ન સિવાય રહેવું એ કોઈ રીતે ઘટ નથી-પરણે છે.

પરણતી જ નથી. ભણેલી સ્ત્રીઓ પોતાને સંતાનો ઉત્પન્ન કરવાનું મશીન ગણતી નથી. તેઓ દેશસેવા-સમાજસેવા વગેરેમાં પોતાની શક્તિને મંકાન્ત કરવા ઇચ્છે છે. એકાદ જે પ્રજા થાય તેથી તે સંતુષ્ટ છે. વધુ પ્રજા તેમને આશ્વ લાગે છે, તેમના સેવાનાં કાર્યોમાં દખલગીરી કરનાર બને છે. આવા ભણેલાં સ્ત્રી પુરુષો કા પરણતાં જ નથી-અને હવે આ વર્ગ પણ વધતો જ જાય છે—કા તેમને ત્યાં એકાદ મંતાન ભાગ્યે અવતરે છે! સ્ત્રીઓને આર્થિક સ્વાતંત્ર્ય પ્રાપ્ત થયું છે અને ગુમાની સ્ત્રીને પુરુષની ગુલામગીરી ગમતી જ નથી હજી આ પાશેરામાં પહેલી પૂણી છે. આવો અપરિણિત વર્ગ બહુ મોટો બનશે. યુરોપમાં એમ જ થયું છે. રશિયામાં પ્રથમ સંતતિનિરોધ માટે પૂરો જોશથી પ્રચાર થયો. પરિણામે પ્રજા ખૂબ જ ઘટી એટલે હવે કુંવારા રહેનાર ઉપર ભારે કરો નંખાયા છે, સંતાનો વધુ થાય તે માટે ઇનામો અને વર્ધાસનો આપવામાં આવે છે. ફ્રાન્સમાં પણ આ જ દશા છે. આપણે અહીં, જો કે હજી આપણો દેશ પછાત છે, પરંતુ મુધારા અને પ્રગતિમાં માનનાર્થ આપણાં સ્ત્રીપુરુષો પણ એ જ દશા અહીં લાવે તો નવાઈ નહિ. આજે ને આજે નહિ તો કાલે તો આનશે જ. માતા યવામાં સ્ત્રી ગૌરવ લેતી હતી અમને ડર રહે છે કે ભવિષ્યની પ્રજા માતા યતાં કદાચ સ કાચ અનુભવશે, સુવાવડનો ડર તેને ભરખી જશે, (વેદના સિવાયના પ્રસવો પ્રત્યેક પ્રસૂતાગૃહમાં થશે છતાંય) અને કૃત્રિમ સાધનોનો અનર્ગળ ઉપયોગ અહીં વહેતો થશે. કુટુંબ આયોજનને માથે આ દોષનો ટોપડો ન ઢાળવો જોઈએ એવી દલીલ કરનારા કરશે. પરંતુ એક પ્રવૃત્તિનું પરિણામ એક જ દિશામાં પરિમિત થતું નથી તે પણ પ્રજાએ સમજી લેવાની જરૂર છે.

આજે સંતાનો યતાં રોકવા માટે સ્ત્રીઓ 'ટયુબ લીમિટર' ખૂબ કરાવતી થઈ છે. કેટલાક પત્નીભક્ત પતિઓ પોતાની જાત

ઉપર ‘વાઝોકટોમી’ ઓપરેશન કરાવતા થયા છે ગર્ભપાત કરવાનો અમારો જન્મસિદ્ધ હકક છે એમ કાને સ્ત્રીઓ દલીલ કરી, જાપાનની પેઠે ગર્ભપાતને કદાચ કાયદેસર પણ બનાવશે અને આ બધા માટે “બહાનુ” નથી એમ કોણુ આજના વૈજ્ઞાનિક જમાનામા કહી શકશે ?

ગામડામા કુટુંબ આયોજન કેન્દ્રો ખોલનાનું નકકાં થયું છે એ સારી વાત છે ગામડાની સારી સ્થિતિની સ્ત્રીઓ પણ હવે કૃત્રિમ સાધનોમા રસ લેતી થના લાગી છે સારા સ્ત્રીપુકુષો જગતોમા વસતી પ્રજા પાસે પહોંચી જઈ, તેમનામા આનો પ્રચાર કરે તો ઘણું સારું જાહેર તદ્દુરસ્તી (પબ્લિક હેલ્થ) જેટલો જ આ પ્રશ્ન કુટુંબ આયોજન-મહત્ત્વનો છે એમ હવે સૌ કોઈ માને છે

કૃત્રિમ સાધનોમા જમરી ખટપટ છે અને અનિશ્ચિતતા પણ છે હિંદમા કૃત્રિમ સાધનો નથી આનવાના એ વાપરતા પણ શીખવું પડે એમ છે એટલે મો વાટે લઈ શકાય એવું સરતુ ઔષધ જો શોધાય તો એ ખૂબ જ ઉપયોગી થના સક્ષમ છે આ શિશુમા પણ પ્રયામો ચાલુ જ છે આપણે આશા રાખીશું કે ચાલુ ઔષધ જલદી શોધાય આના ઔષધ સિનાય ખીજ ઉપાયો ધૂળ ઉપર લી પણ જેવા છે

દ્વિતીય પચનવીંચ યોજનામા શહેરોમા ૫૦૦ અને ગામડામા ૨૦૦૦ એમ કુલ ૨૫૦૦ કુટુંબ આયોજન ચિકિત્સા કેન્દ્રો (ક્લીનિક્સ) ખોલનામા આનનાર છે શહેરના પ્રત્યેક ચિકિત્સા કેન્દ્રનું ખર્ચ રૂ. ૧૩૦૦૦ આનશે, બ્યારે ગામડાના પ્રત્યેક કેન્દ્રનું ખર્ચ રૂ. ૧૦૦૦ આનશે આ બન્ને કેન્દ્રોમા સતતિનિરોધ માટે “ટ્રામ ટેન્ડેટસ” જેની આનક રૂ. ૧૦૦ થી વધુ નહિ હોન એનાઓને મક્ત આપના માટે દર વર્ષે ૧૦૦૦ રૂપિયાની કીંમતની મક્ત આપવામા આનનાર છે

કાર્યકરોને તૈનાર કરના માટે પણ થોડા વખતમા મુમર્દમા

એક ટ્રેનિંગ સેન્ટર ખોલવામા આનનાર છે ત્યાં ૨૦-૨૦ ની બેચોમાં કાર્યકર્તાઓને શિક્ષણ આપવામા આવશે.

આ માટે જનરલરસ્ટ આદેશન ઉપાડવાનું નક્કી થયું છે અને શરૂ પણ થઈ ગયું છે. મોટા પોસ્ટરો લીધો ઉપર ચોડવામા આવે છે, આ વિષેની ફિલ્મો ગામેગામ બતાવવામા આવશે ભારતની પ્રત્યેક ભાષામાં આનું સાહિત્ય પ્રસિદ્ધ થશે ત્રીમ પબ્લીસિટી વાન્સ થોડા વખતમાં ગામેગામ ફરતી થઈ જશે. એકાદ પોસ્ટર જુઓ: *Planned crops are better, planned animals are better, and planned babies are better babies too-* (સુયોજિત ખેતી સારો ફાલ આવે છે, સુયોજિત પશુઓ પણ સારાં થાય છે. આવી રીતે સુયોજિત બાળકો પણ ગમે તેમ ઉત્પન્ન થતાં મંતાનો કરતાં ઘણે ફરજતે સારાં હોય છે.)

આપણે આશા રાખીએ કે દ્વિતીય પંચવર્ષીય યોજનાની આખરે આ પ્રવૃત્તિનું કાંઈ શુભ પરિણામ આપણે જોઈ શકીએ. આ પ્રવૃત્તિમાં સારા સેવાલાવી-ત્રી-પુરુષો, મીઝનરીઓની પેઠે પ્રાયઃ પરાવીને કામ કરશે તો શુભ પરિણામો આવવા સંભવ છે. બાકી તો શહેરોમા જ આ પ્રવૃત્તિ મર્યાદિત થશે તો અમો ઉપર કહી મયા તેવી ગાંઠીય આપત્તિ જ આવી પડશે.



વેગવિધારણ

ઝાડા અને પેસાળનો વેગ કદી ન અટકાવે.

વીર્યનો વેગ કદી ન અટકાવે.

અધોનાયુનો વેગ કદી ન અટકાવે.

હિલટી ચત્તી હોય તો તેને ન અટકાવે.

ઓડકારના વેગને ન અટકાવે.

છીકના વેગને ન અટકાવે.

બગાસાના વેગને ન અટકાવે.

ભૂખતરસના વેગને ન અટકાવે.

આસુ આનતા હોય તો તેને ખાળવા નહિ.

સખત જીંધ આવતી હોય તેને રોકવી નહિ.

શ્વાસ ખૂબ ચડ્યો હોય તેને કદી ન રોકવો.

આ પછી કયા વેગને મનુષ્યોએ રોકવા તે દર્શાવે છે:—

અયોગ્ય સાહ્યોના વેગને રોકવો

મન, વાણી અને કર્મના વેગને રોકવા

ભોલ, શોક, ભય, ક્રોધ અને માનના વેગને રોકવા

નિર્દાનજતા, દુર્બોધ, અતિરાગ, અભિધ્યાય (પારકા ધનની ઇચ્છા)ના વેગને રોકવા

અસત્ય બોલવાના, ચાડી ખાવાના, કંઈક વચનો બોલવાના અને કનખતે બોલવાના વેગને રોકવા

બીજાઓને જેથી પીડા થાય એવી પ્રવૃત્તિઓનો વેગ રોકવો.

પરસ્ત્રીભોગ, ચોરી, હિંસાનો વેગ રોકવો.

આ આખોયે અધ્યાય મનન કરવા યોગ્ય છે, પરંતુ તે બધું ચાડી હિતારવાનો મારો હેતુ નથી હિપચુંકા બધા વેગને રોકવાથી શરીર અને મન ઉપર શી અસર થાય છે તે તો માનસ-વિશ્લેષણ-કારોનો નોખો વિષય બને છે. પરંતુ આપણે બધા આટલું જરૂર સમજી શકીએ તેમ છીએ કે જે રોકવા યોગ્ય વેગ છે તેને ન રોકવાથી શરીર અને મન બન્ને રોગગ્રસ્ત બને છે.

મન, વાણી અને કર્મના પ્રત્યેક વેગોની અસર સારી યા નરસી ત્મન પર પડતી જ જાય છે, એ વાત માનવામાં બધા જ એકમત છે.

પરંતુ આ લેખ લખવાનો હેતુ પરસ્ત્રીભોગના વેગ વિષે લખવાનો છે. હમણાં એક નવયુવાને મને પૂછ્યું હતું—“તમે આયુર્વેદના હિપાસકો તો વીર્યને મક્ક જ ગણો છો. આ મક્ક જ છે અને મક્ક માટે આપણે ગમે તેના જાત્રામાં જઈ શકીએ છીએ ને? પરસ્ત્રી ભોગ હિપર માનસ-શાસ્ત્ર-દૃષ્ટિથી આપણે વિચાર જ નથી કર્યો. આપણે પૂર્વમંદ જ આ વિષયને પંપાળી રહી છે. બાકી મને તો એમ લાગે છે કે એમાં કશું જ અણુગતું નથી હત્યાદિ....”

યુવાનોની અરરપરમની વાતચીતમાં, મગ્ગકમાં આપણે રાગિષ્ટ મનોવૃત્તિ નિહાળતા નથી શું? આ માનમશાસ્ત્રે તો ગજબ કરવા માંડ્યો છે. અધિકારી કે અનાધિકારી માનસશાસ્ત્રની સહાય લઈ જાતીય પ્રશ્નો ચર્ચા રહી છે. કેઈ એવું જાણું લાગ્યે જ ગૂઝવાતમાં હશે જેમાં જાતીય પ્રશ્નો ઓછાવતા પ્રમાણમાં ઊપાતા નહિ હોય. પરિણામ એ આવ્યું છે કે આ મનને ગલગલિયાં કરે એવા ખીસતસ લેખો ખુબજ રસથી વંચાય છે અને પછી પોતાની તર્કશક્તિનો હિપયોગ કરી એવું સમર્થન પણ કરવામાં આવે છે કુદરત, અંદર, જંગ મેક-કુમલ-આવાં ત્રણચાર નામો તો દરેક યુવાનને મ્હોડેજ ચઢી ગયાં છે એને વાસનાને યોગ્ય અવકાશ (outlet) મળવો જ જોઈએ, નહિ તો તે વિકૃત બને છે, હત્યાદિ પૃથગ્જનો પણ માનતા ચર્ચ ગયા છે. બ્રહ્મચર્ય અશાસ્ત્રીય છે, સંયમ અસક્ય છે, એવી સંયમ-ધર્મની દેકડીઓ પણ ચર્ચ રહી છે.

૧૯૩૫ના ઓગસ્ટના ‘માડર્ન રિવ્યુ’ માં શ્રી. ગંગાપ્રસાદ શર્માને ‘Indian Solution of the Present-day Life-problems’ નામનો અતિ મનનીય, બોધક લેખ વાંચવાયોગ્ય છે. નીચેનાં પ્રેરક વાક્યો જુઓ:-



બધા રમે છે અને તે સ્થૂળ દષ્ટિએ વિચારાહ્ છે, પરંતુ આત્માના સમીક્ષાથી નીપજતા નિર્ણયો જે યોગબળ સિવાય શક્ય નથી, તેની આગળ આ નિર્ણયો તદ્દન ગૌણ લાગે છે અને શ્રી અરવિંદના કહેના મુજબ ‘એક લય કર જુદાણા’ અને ‘અલીલતા’થી તે વિશેષ ત્યાગ્ય બને છે.

એડીનબરોની રોયલ કોલેજ ઓફ મેડિસિનના વ્યાખ્યાનદાતા અને હાલ આસ્ટ્રેલિયાની મેલબોર્ન યુનિવર્સિટીમાં એનેટોમીના પ્રોફેસર અને ડીન ઓફ ધી ફેકલ્ટી ઓફ મેડિસિન—પ્રોફેસર બેરી (એમન એન્ડ માઇન્ડ ઓર ધ નર્વસ સિસ્ટમ ઓફ મેન’ આ પુસ્તકના લેખક) કુદરત માટે શુ લખે છે તે આપણે જોઈશું. આ વિદ્વાન કહે છે કે —

“અર્ધસત્યના ડગમગતા પાયા ઉપર કુદરતે અસત્યનો પુલવર્થ ટાવર બાંધ્યો છે પરંતુ સદૃશાએ કુદરતે આ મનુષ્ય-વાસનાઓમાની સૌથી પ્રમુખ વાસના-કામવાસના, જેના નામમાત્રથી મોહાવિષ્ટ મનુષ્યજાતિના મોટા ભાગને ગનગલિયા થાય છે, તેને પ્રસિદ્ધ કરવામાં હીક થયે મળી ગયો છે નિર્મૂલીત કામવાસના અનેક માનસિક અને શારીરિક રોગોને જન્મ આપે છે, એ વાદના ઉપદેશથી કુદરતે ચોતરફ જે કામાગ્નિ પ્રબલિત થઈ રહ્યો છે તેને વધુ ઉત્તેજિત કરવામાં હીક ફાળો આપ્યો છે અને એ કુદરતના બીજાવાદે (Fire principle) અગ્નિને ઓર જ સતેજ બનાવે છે, પરંતુ જગતનું તેથી એણે અશુભ કર્યું છે કુદરતના આ વાદથી આપણે મગજના બધારણનો, મગજના કાર્યોનો અને મગજના રોગોને અભ્યાસ કરવા જરા પણ વધુ શક્તિમાન થયા છીએ શુ ? આ વાદે જગતમાથી ઉન્માદગ્રસ્તોની સંખ્યામાં જરા પણ ઘટાડો કર્યો છે શુ ? જીવાન પ્રજાને કુદરતના આ વાદે જરા પણ ફાયદો કર્યો છે ? અથવા તેમની અધમ વૃત્તિઓને હિતવામાં જરા સરખો પણ ફાળો આપ્યો છે

ખરો ? ધદ્રિયોના સ્વાદને હિતેજવા ઉપરાંત કૂંઠે કશું પણ વિશેષ સાધ્યું છે ખરું ? જાતીય પરિબળ (Sex instinct) જ શું જીવનમાં એક અતિ પ્રબલ બળ છે શું ? ના જરાકેય નહિ. ક્ષુધાનું પરિબળ જાતીય પરિબળ કરતાં વિશેષ બલવત્તર છે, કારણ કે અન્ન જ પ્રાણીમાત્રને પોષનાર છે; પરંતુ જાતીય પરિબળ પ્રાણને ટકાવનાર નથી. નિગૂહીત કરેલી કામવાસનાથી કાઠને કશું જ નુકશાન થતું નથી અને આખી સૃષ્ટિમાં ફક્ત મનુષ્ય એક એવું પ્રાણી છે કે ત્યારે તેનું મગજ પૂર્ણ વિકસિત થયેલું છે ત્યારે કામવાસનાને નિગૂહિત કરવા માટે યોગ્ય શક્તિમાન છે.”

કામવાસનાને રોકવાથી દુઃખવાથી અનેક દારુણ રોગો થાય છે એ જુઠાણાએ મનુષ્યની તામસિક વૃત્તિઓને ઠીક ઠીક હિતેજ મૂકી છે. માનવજીવનમાં, વૃત્તિઓના વેગના છંદે નાચવું અને તે ચક્રી રાચવું એ ક્ષુદ્ર આનંદની કોટિમાં આવે છે. અધમ વૃત્તિઓને પોષવી એ અધમ-જીવન જીવનારાઓ માટે ખરું હશે; પરંતુ જીવનની જેને કિંમત છે તેઓ જીવનની નિકૃષ્ટ વાસનાઓને ઈશ્વરાભિમુખી કે જીર્ણ (Sublimation) બનાવવા પાછળ જ પોતાની શક્તિઓ ખર્ચે છે. સંયમ જ સંસ્કૃતિ સર્જે છે અને સંરક્ષે છે. જાતીય પાવિત્ર્ય ઉપર જ સંસ્કૃતિની શ્રેષ્ઠતા નિર્ભર છે. દરેક દેશની સંસ્કૃતિના ઇતિહાસમાં સંયમે ઠીક ઠીક ભાગ લેજાવ્યો છે. જીવન શું ખાવાપીવા અને વિવિધભુખની પરિ-સમાપ્તિમાં જ સમાઈ જાય છે ? માનવજીવનમાં અભીપ્સા જેવી કાઠઝીજ છે ખરી કે નહિ ? મોકકુગલ જેવો બ્રિટિશ, વિશ્વવિખ્યાત માનમશા-સ્વેતા સંયમને જીવનનું ગ્રેરક બળ માને છે. આ સમર્થ પંડિત કહે છે કે, “સંયમ અથવા વેગવિધારણ (Repression) એ જ સંસ્કૃતિ છે. વેગવિધારણ-તેના સાચા અને વિસ્તૃત અર્થમાં સંયમ (Restraint) સિવાય, દમ (Self-control) સિવાય, સદસા દિવેકશુદ્ધિ સિવાય, જનસમાજનું કલ્યાણ (greater good)

અને અકલ્યાણ શેમા છે તે સમજ્યા સિવાય, નીતિનિયમે સિવાય, પોતાની સંસ્કૃતિને ઘડનારા કેટલાક વિધિનિષેધો સિવાય, અવ્યવસ્થા અને અમર્યાદિત જંગલીપણા સિવાય બીજી કંઈ પણ સારું સમાજમાં ટકી શકે જ નહિ, જીવનની ઉદાત્ત ભાવનાઓનું એથી નો દેવાળું જ નીકળશે ” [ કેરેક્ટર એન્ડ કોન્ડક્ટ ઓફ લાઈફ, વિલિયમ મેકકુગન ]

આ વિશ્વવિખ્યાત માનસશાસ્ત્રીના વચનો આજના જમાનામાં વિશેષ ધ્યાનાર્હ છે. સંયમનું સ્થાન જીવનમાં અનેરું છે. લપટતા, વિપયાભિમુખતા જીવનનું સર્વસ્વ નથી જ. જાતીય પરિબલોને હૃદયી જાહે સ્થાન આપવામાં પતનનો પૂર્ણ આવકાશ છે. એ પરિબલને યોગ્ય સ્વરૂપમાં પિછાનવામાં જગા પણ ખોડું નથી. સદસદ્વિવેકબુદ્ધિ સિવાય કામદાનનું જ્ઞાન કે જાતીય પ્રશ્નોને ઉકેલ બકરી કાઢતાં ઊંટ ખેસાડશે. ગૂજરાતના યુવાનો શાત ચિત્તે માનસશાસ્ત્રનો પરિચય માધે અને જીવનનાં અનેક પ્રેરક બલોનો સાથેસાથે વિચાર કરે તો રોગગ્રસ્ત મનોવૃત્તિ યુવાનોમાં નજરે જ નહિ પડે.

શકે છે. હિંદના આ સંક્રાન્તિકાન સમયે યુવાનો જીવનના પરમધન-  
તુલ્ય-સમયને ત્યજીને શું ગ્રાપ્ત કરશે ?

અતે સ્વ. રમણભાઈની નીચેની યાદગાર પંક્તિઓ ટાકીને  
આ લેખ બંધ કરીશું —

નીતિવ્યવસ્થા કરી ઈશ્વરે જે,  
છે માત્ર તેને અનુકૂલ વિશ્વ;  
નવી વ્યવસ્થા કરવાની શક્તિ  
નથી મનુષ્યત્વ વિષે રહેતી  
(સાધના પદ્ય)

## ૧૪ : હાથ ધુઓ

હું અકલેશ્વરથી ટ્રેનમાં બેસીને વડોદરા જતો હતો. ભરુચ  
સ્ટેશને એક સ્વચ્છ વસ્ત્ર પહેરેલો પુરુષ મારા ડબ્બામાં આ યો અંતે  
મારી સાથે બેઠો.

હમણા જાણુની મોસમ છે દરેક સ્ટેશને જાણુ વેચાય છે.  
લોકો તે લઈને હોગે ખાય છે મારી પાસે બેઠેના પેના ભાઈએ એક  
ગેર જાણુ વેચાતા લીધા અને એડ પછી એક ખાવા માડયા દળિયા  
ગાડીની બહાર નાખવા ભ્રેષ્ઠએ એટલું એ લાઈ જાણુતા ન હતા.

એ ભાઈ આવી રીતે જાણુ ખાના લાગ્યા એટલે મારા મનમાં  
અનેક વિચારે સ્ફુરના લાગ્યા આ લોકોને કેવી રીતે સમજાવું કે  
ધોયા વિના જાણુ ન ખવાય ? કર્મ પણ મોમાં મૂકતા પહેલાં તે  
સ્વચ્છ છે કે અસ્વચ્છ છે તેની પરીક્ષા કરતા આપણે ક્યારે રીખીશું ?

જાણુની સ્થિતિ જોઈ હું તો હિપર માંખો બમણની હોય  
છે વેચનારાના હાથ ગદા હોય છે એના ત્રાજવા પણ એટલા જ  
ગદા હોય છે આવા જાણુ લેવા અને તે જરા પણ સંકાય વિના  
મોમાં મૂકવા ? એ જાણુ સાથે કેટલાયે જ તુ તેના મોમાં જતા

હશે. રેફેવાળા આવા નોકોને આવી ખરાબ રીતે ખાદ્ય પદાર્થો વેચના દે છે એ પણ આ અગાન દેશમાં જ નલાવી લેવાય છે.

ઘટનાથી એક ખીજ પાટીદાર ભાઈ ડાહ્યામાં આવ્યા. ખરાબર મારી સામે બેઠા તે ભાઈ આર્યસમાજ હતા એ એમની વાતો ઉપરથી લાગતું હતું. આ ભાઈને દાદર હોવી જોઈએ કારણ કે તે વારંવાર ગુપ્ત ભાગ ખંજવાળતા હતા. વરણામાં રહેને ખારીમાંથી ડોકું બહાર કાઢી પાણીવાળાને ખૂંમ પાડી અને જમણા હાથે લોટા છાંચે કરી ડાબા હાથે હોડે લગાડી પાણી પીવા માંડ્યું. હું કમકમી બિટ્યો.

વારંવાર જે માણસ દાદર ખંજવાળતો હોય તેણે પાણી પીતા પહેલા હાથ ધોવા જોઈએ એ સાદી વાતનું ભાન નથી. અને આ તો વૈદિક સંસ્કૃતિના અભિમાની આર્યસમાજ ભાઈની વાત છે. દૂધળા, બીવ, કેળી ઇત્યાદિ પઠાત કોમોનું તો પૂજવાનું જ શું હોય ?

મેં એકાદ સ્થળે વાચ્યું છે કે મોટેસોરી પોતાના બાળકોને વારંવાર હાથ ધોઈને સાફ રાખવાની ખૂંમ ચીવટથી ટેવ પાડે છે કોઈ પણ વસ્તુ મોમાં મૂકતા પહેલા હાથ ધોવો જ જોઈએ એ સંસ્કાર અચપણથી જ ને પડે તો અનેક વ્યાધિઓમાંથી બચ જવાય એમ છે.

ખંજવાળતા શિષ્ટ વર્ગમાં મેં જોયું છે કે એ લોકો કંઈ પણ ખાતા અગાઉ હાથ ધુએ છે અને ખાદ્ય પદાર્થ (ફળ વગેરે) ને ખરાબર ધોઈ નાખે છે. જે વાસણમાં ફળ કાપવાનું હોય છે તે અને ચપ્પુ પણ ખરાબર સાફ કર્યા બાદ જ તે ફળ કાપે છે. આપણે આહી સુસ્ત ગણાતા વૈજ્ઞાનિકોમાં પણ આ ટેવ નથી. સારા પૈસાદાર કુટુંબોમાં આ ટેવ નથી. આપણા ડોક્ટરો અને વૈદ્યોને પણ આ ટેવ નથી પડી એમ હું અનુભવથી કહી શકું છું.

ધર આગળ કે બહાર ગમે ત્યાં આપણે હોઈએ પરંતુ ખાત

પહેલાં હાથ બરાબર ધોઈને સાફ કરવા જ નોંધ્યો. ફળ વગેરે જે હોય તે બરાબર ધોઈને સાફ કરવાં નોંધ્યો. ચપ્પુ પણ ધોઈ નાખ્યું નોંધ્યો. આ સાદી ટેવ જો આપણા જીવનમાં દંડમૂલ થઈ જાય તો કેવું સારું? ખોર, રાયણાં, જાંજી, કેરી, સફરટેટી, ચીકુ વગેરે આપણે ધોયા વિના મોંમાં મૂકીએ છીએ. એ ચીજોને સાફ વાસણમાં સ્વચ્છ પાણીથી ધોઈને જોશો તો કચરો નીકળે છે તે જણાશે. ફળ ગમે તેવી જગોમાં, ગમે તેવા હાથે પડેલાં અને ચઢેલાં હોય છે. ઉપર માખીઓ ગણગણતી હોય છે. અને માનવસમાજનો જો મોટામાં મોટો ડોઈ દુશ્મન હોય તો આ નાની દેખાતી જીવલેણ માખી જ છે. મળ ઉપર બેસીને તે આવી હોય તો મળનાં દુષ્ટ જીવાણુઓ તે પોતાના બારીક પગો સાથે ચોટાડી લાવેલાં હોય છે. આ બધાં અદૃશ્ય જંતુઓ કેટલાયે લયંકર રોગો પોતાની સાથે લાવે છે. એનું આપણને ક્યાં જ્ઞાન છે!

ગામડાંમાં કામ કરનાર લાઈઓ આ સાદી વાતનો ઝુપડે ઝુપડે પ્રચાર કરે તો કેવું સારું? ચા, ખીડીના ગેરકાયદા વર્ણવવા કરતાં હાથ ધોવાના કાયદા વર્ણવવા વધુ લાભપ્રદ છે. પ્રત્યેક ઘરમાં એક એક બોડું મારી આવવું નોંધ્યો: “હાથ ધોયા વિના ખાવાની વસ્તુને રજો અડતા.” “ફળને બરાબર ધોયા પછી ખાઓ.” “ખાવાનાં વાસણ, શાક સમારવાની છરી વા ચપ્પુ બધું બરાબર સાફ રાખો.”



## ૧૫ લોકચર્યા

### પાયોરિયા

અત્યારે જ્યાં જુઓ ત્યાં પાયોરિયા, પાયોરિયા જ જોવામાં આવે છે. ડોક્ટરો પણ હવે દાંત નેતા થઈ ગયા છે. કેટલાક તો

પાયોરિયા શું છે તે જાણવા વિના પણ સહેજ પક જેવું લાગે એટલે પાયોરિયા ઠોડી મારે છે. અને આ રોગની દવા તો કદ જાણે હોય જ નહિ કેમ એમ જોવામા આવે છે ! દાતના ડોક્ટર એના દાત પડાવી નાખવાની સલાહ આપે છે ! !

હિંદુસ્તાન જેવા વનસ્પતિભક્ષક દેશમા આ દાતનો રોગ આટલો બધો વ્યાપક કેમ ? થોડા વર્ષો ઉપર તો આ રોગનું કોઈ નામ પણ જાણતું ન હતું. આ એકાદ વર્ષમા તો તે સર્વવ્યાપી થઈ ગયો જણાય છે.

આયુર્વેદમા દિનચર્યાના વિષય ધણી જ સરસ રીતે વર્ણવાયેલો છે. એ પ્રમાણે જો આપણી ચર્ચા થયા કરે તો મારું માનવું છે કે ભાગ્યે જ આપણે માદા પડીએ. પણ અત્યાર સુધી આપણા સાહિત્યરસિકોને આવા વિષયો ચર્ચવાની કે બીજા પાસે સખાતવાની ગરજ ના હતી ?—હજીયે કયા છે ? સ્વાસ્થ્યને સાહિત્ય સાથે સબંધ ખરો ? એ પણ આપણા સાહિત્યકોને મન મુગ્ધનારો પ્રશ્ન છે !

આપણા ઋષિઓએ દાતણ કઠી રહ્યા પડી હ મેશા તેનના ગડૂપ ( મોટા ડોગળો ) રાખવાનો કલ્પો છે આ તેનના ગડૂપથી શા શા ફાયદા થાય છે તે મહર્ષિ ચરકના નીચેના શ્લોકો ઉપરથી જાણીશી.—

હન્વોઃ ઘલ સ્વરવલં ઘડનોપચયઃ પરઃ ।

સ્યાત્પરં ચ રસજ્ઞાનં અન્ને ચ રચિરુત્તમા ॥

ન ચાસ્ય કણ્ઠશોષ સ્યાદ્નૌઘ્નયોઃ સ્ફુટનાદ્વયમ્ ।

ન ચ દન્તાઃ ક્ષય યાન્તિ દદમૂલા ભવન્તિ ચ ॥

ન શૂશ્યન્તે ન ચામ્લેન હૃપ્યન્તે મક્ષયન્તિ ચ ।

પરાંનપિ સ્વરાન્મહ્યાન્તૈલગ્નદૂપસેવનાત્ ॥

અર્થાત્ તેલગંદુષના સેવનથી હાંતુ (હડપચી) મજબૂત થાય છે, સ્વર સુંદર થાય છે, વદનનો ઉપચય (ભરાવો), રસનું ઝાન, અને ખાવામાં ઉત્તમ રુચિ થાય છે. એ માણસને કદાપિ કંઠમાં શોષ ન પડે, હોઠ ન ફાટે, દાંતનો નાશ ન થાય, દાંત પડે નહિ અર્થાત્ જીલ્લટાં દાંતનાં મૂળ વધારે દૃઢ થાય, દાંતમાં કદાપિ કળતર ન થાય, ખટાશથી અંબાઈ જાય નહિ, અને કાચા ચણા જેવો કઠિનમાં કઠિન ખોરાક તે ખાઈ શકશે.

દાનણુ કયાં પછીથી આવે કાગળો હંમેશાં ભરવો. કાગળો તલકના તેલનો જ ભરવાનો છે. કાગળો ભરીને નીચું ધાલીને દશેક મિનિટ બેસી રહેવું. આખ પણુ સારી થશે. દાંતમાં સડો નહિ થાય અને દાંતના ડોક્ટર પાસે તે પડાવવા પણુ નહિ પડે.

આપણા પેટમાં રહેલી બાદીનું જ પાયોરિયા એ પ્રદર્શન છે. પેટમાં ગમે તે નાખનારા આ જમાનાના શોખીન આટલું જાણે તો કેવું સારું ?

### આપણાં વાસણો

આપણાં વાસણો માટે પણ કંઈ લખવું આવશ્યક લાગે છે. કેટલાક લોટાનાં મોં એટલાં તો સાંકડાં હોય છે કે તેમાં લાગ્યે જ હાય જાય છે. પરિણામે આપણી બહેનો વડનો ફૂલો કરીને તેનાથી ઘસે છે. આથી સારી રીતે લોટો અંદરથી સાફ નથી થતો. આવાં સાંકડાં મોં શાથી રાખ્યાં હશે ?

આપણા પિત્તજના પ્યાવાની ધાર વાળેલી આવે છે. રાખથી કે માટીથી આપણે તે વીંછળીએ છીએ અને તે માટી ધારમાં ભરાઈ

---

\* 'પાયોરિયા'નું ગુજરાતી નામ આપણે 'કૃમિદંતક' રાખી રાખીએ. સુત્રતે પણ દાંતના રોગોમાં આ નામનો રોગ ગણાવ્યો છે પણ તે આ છે કે નહિ તેની મને સંકા છે.



રહે છે ઘણાં આ જોયું પણ હશે. જતા પણ એવા ખાવા હજી આપણે વાપરતા આવા છીએ.

હ મેંશા વાપરવાના વાસણો ઉપર કળા શા કામની હશે? લોટાઓ ઉપર દયાવતારના ચિત્રો અને બીજી મુદ્ર કાતરણી હોય છે. પણ આ કાતરણીમાં ધૂળ ભરાઈ રહે છે તે તરફ આપણું લક્ષ્ય જાય છે ખરું? વાપરવાના વાસણો ઉપર આવી કળા ન હોય તો શું જાય? કળાની ઘેવછા તો આ નહિ હોય?

અને આ વાસણુ વીંછળવાની રીતમાં પણ આપણે હવે આ જમાનામાં જરાયે સુધારો નહિ કરીએ? રસ્તાની ધૂળ વડે આપણે આ સાફ કરીએ છીએ. રસ્તામાં મળ, મુત્ર, લીટ, કંકના ગળકા વગેરે નાખતા આપણે જરા પણ ખચાતા નથી આ જ ધૂળથી આપણા વાસણો સાફ થતા દેખી મનમાં કંઈને કંઈ ઘર્ષ જાય છે. જેમાં ને તેમાં આપણે આપણી ગરીબાઈને આગળ ધરીએ છીએ. પણ આમાં તો આપણી અગ્નિતા જ નથી શું?

અત્યારે ઠેરઠેર એલ્યુમિનિયમના હવકા અને સરતા વાસણો વપરાવા લાગ્યા છે. મો જાણીને રાધવાના કામમાં વપરાતા જુદા જુદા ધાતુના જુદા જુદા વાસણોમાં રાધી જોઈને કયા ધાતુના વાસણોમાં ધાતુ ઓગળીને ખોરાકમાં ભળે છે એ સિદ્ધ કરેલું છે. લોખંડ, ત્રાણુ, નીકલ, કૃષ્ણ, એલ્યુમિનિયમ, એનેમન, પિત્તળ, વગેરે ધાતુઓના વાસણોમાં રાધીને તે વિદ્વાન ડોક્ટર જણાવે છે કે “સૌથી ઉત્તમમાં ઉત્તમ વાસણુ પિત્તળ છે” અને ખરાબમાં ખરાબ વાસણુ એનેમલનું ગણાય છે. જતા પણ આપણે પરાપૂર્વથી ચાનતા આવેના પિત્તળના વાસણોને બદલે હવે એલ્યુમિનિયમ અને એનેમલના વાસણો ખરીદતા થયા છીએ કેવું અગ્નિ! વિવેકશ્રેષ્ઠો! કેવો ભય કર વિનિષાત! બધા જ પાકો પશ્ચિમ લાણાવશે ત્યારે જ લણીશુ શું!

વંદા

આપણા ખાવાનું ઢાકી રાખવાના અને મૂકવાના લંડારિયો

તમે જોયાં છે? તેમાં ઘણી વખત વંદા, મંકોડાને ફરતા તમે નથી જોયા? લંડારિયું જાણીને ખોરાક પણ ઘણું ઠેકાણે ખુલ્લો જ રાખી મુકવામાં આવે છે. લંડારિયામાં બાકાં હોય છે તેમાં આ વંદાઓ ભરાઈ રહે છે. વંદા બહી ચપળ જાત છે. લંડારિયું ઉઘાડતાં વેંત જ તે અંદર બાકામાં ભરાઈ જાય છે અને બંધ કરતાં વેંત જ પાછા બહાર નીકળીને ખોરાક ઉપર ફરવા મંડી જાય છે. કીડી, મંકોડા તો ગળપણ ઉપર જ ફરે છે પણ આ તો ગમે તેવા ખોરાકને પણ મૂકતા નથી. વિજ્ઞાન જણાવે છે કે આ વંદા (Cockroach) થી કેન્સર (Cancer) ફેલાય છે. સાન્ડાન્સીકો એક્ઝામીનર (may 10, 1924)માં "How cancer is spread by the dirty little Cockroach" નામનો એક લાંબો લેખ છપાયો છે.

હિંદુસ્તાનમાં હવે કેન્સરના ઘણા કેસો થાય છે. એક્સ-રે, રેડિયમ, વાયોલેટ રેઝ, વગેરેથી તેના ઉપચાર પણ હવે આપણે અહીં આં થાય છે. પણ આ થવાનાં કારણો આપણા ડોક્ટરો જણાવશે? પશ્ચિમના લોકોને તો માંસભક્ષણને લીધે થાય છે, આપણા હિંદુઓને શાથી થતા હશે? આવા વંદા જેવા બંદાઓ તો તેને માટે જવાબદાર નહિ હોય?

### વિટામિન

પશ્ચિમના વિદ્વાનો હવે આજકાલ Vitamin ઉપર ખાંધપીને મંડયા છે. આપણો પશ્ચિમ વર્ગ પણ હવે તે નામ જાણતો થયો છે. આ Vitamin એ શું છે તે બહુ ઓછા જાણે છે. "આ વિટામિન: ફક્ત છોડવા જ બનાવી શકે છે જંગમ પ્રાણીઓ બનાવતાં નથી. પ્રાણીઓના શરીરમાં તો તે બહુ જ જુજ પ્રમાણમાં સંઘરી રાખવામાં આવે છે. એટલે કે જીવનશક્તિ (Vitality) મેળવવા માટે તો આંતર પ્રાણીમાત્રને વનસ્પતિ પાસે જ જવું પડે છે."<sup>૧</sup>

૧. Vitamin ઉપર નિશ્ચયપૂર્વક બોલનાર વિશ્વવિખ્યાત ડૉ. એ. ડી. એમેરના આ શબ્દો છે.

સૂર્યમાંથી આવેલી શક્તિ (energy) ક્લોરોફિલ (chlorophyll) લીલા રંગરૂપે પાદડાંમાં ભેગી થાય છે. આ ક્લોરોફિલ ધીમેધીમે સ્ટાર્ચ (starch)માં પરિણીત થાય છે. આથી જ તે પોષણ આપનારી છે. પ્રાણી મરી જતાં સૂર્યના પ્રતાપે જ સડી જઈને તે શક્તિ પાછી ઝાડપાલાને મળે છે અને ઝાડપાનમાંથી તે પાછી પ્રાણીઓ મેળવે છે.

હિંદુસ્તાનને વિટામિનનું શિક્ષણ આ લોકો પાસેથી લેવું પડે છે તે આપણા દુર્ભાગ્યની જાણદારી જ ને ?

\*

\*

## માંસભક્ષણ

Hystericus તખ્તપુસધારી કેઈ ૧૯૦૬ માર્ચની ૨૩મીના ટાઈમ્સ એફ ઇન્ડિયામાં 'Beef and spirituality in India' વિષય ઉપર એક લેખ લખે છે. કે. મુજે વગેરે હિંદુજાતિને શક્તિ મેળવવા માટે માંસ ખાવાની સલાહ આપે છે. રા. હિસ્ટરિકસ પણ જણાવે છે કે જ્યારથી હિંદુઓએ Beef-eating મૂખી દીધું છે ત્યારથી જ તેમની આધ્યાત્મિકતા અને ધીરતા અસ્ત થઈ છે. હિંદુઓ નબળાપોયા છે એટલે માંસ ખાવાથી તેજલા થઈ જશે? માંસ ભક્ષણને અને આધ્યાત્મિકતાને શો સંબંધ હશે? હિંદુસ્તાનમાં માંસ ખાતી જાતિઓમાં શૌર્ય કેમ જણાતું નથી?

હા, આપણા ખોરાકમાં માંસ જેના પોષણકારક તત્ત્વો ન હોય તો તે સંબંધી વિચારવાનું રહ્યું. પણ આમ લોકોને ચોકાવવામાં શો લાભ?

x

x

## ખોરાકમાં ગ્રામીયતા

Dr E. V. Mccollum લખે છે કે - "Although we pity the orientals with their diet of rice, say beans, sweet potatoes and bamboo sprouts, they are succeeding far better than Americans or Europeans in the scientific completeness of their food" અર્થાત્ એ. ઈ. વી. મક કોલમ કહે છે કે લલે આપણે, પૂર્વના લોકો જે લાત, કઠોળ, અટાટા, સકરિયા અને વાસના કુમળા ફળાગાનું અચાણ ખાય છે તેમની દૈન્ય ખાઈએ, પણ અમેરિકનો અને યુરોપિયનો કરતા તેમના ખોરાકની શાસ્ત્રીય પૂર્ણતામાં તેઓ ઘણા આગળ છે

પશ્ચિમનો નામાકિત ડોક્ટર જે ખોરાકને વખાણે છે તેને હવે આપણે પોતે જ વખોડતા થયા છીએ

આપણા ખોરાકમાં હવે સુધારાવધારા થવાની જરૂર છે. જ્ઞાતને પહેલાં સારી રીતે ઘોષ નાખે છે થોડુંક તત્ત્વ તે ઘોવામાં ચાલ્યું જાય છે આ ઘોવાણુ પીને પણ માણસો છુટી શકે છે એટલી તેનામાં તાકાત છે પણ તેમાંથી વધારા પડતું એસામણુ કાઢી નાખવામાં આવે છે કારણ કે ભાત તેથી છુટો થાય ભાત લયોમાં અને સારી રીતે ચડેલો હોવો જોઈએ ભાતને હમેશાં એકો જ કરવો. કદાચિ એસામણુ કાઢવું નહિ ઘોવામાં અને એમાંમણુમાં બધા જ ઉપયોગી તત્ત્વ ચાલ્યાં જાય તો પણ જે છુટો ભાત આપણે ખાઈએ છીએ તેમાં તત્ત્વ પણ શું રહે?

પાટીદારોમાં તો વળી જમાઈ સાસરે ગયો હોય ત્યારે ભાતને એકદમ ઊંજળો બનાવવા માટે ભાતમાં થોડીક ઝાઝા નાખવાને ચાન છે ખટાશને લીધે ચોખ્ખો મેલ કપાઈ જાય એટલે વધારે ઊંજળા થાગે જ એસામણુ નિતારી નાખવામાં આવે છે એટલે ખટાશ પણ સાથેસાથે બહાર નીકળી જાય છે આવો ભાત પચવામાં મુશ્કેલ પડે છે, પોષણ મળતું નથી અને પેટમાં ખટાશ (acidity) થાય છે.

અને આપણા ગૂઝરાતીઓની દાળ તો સાવ પાણી જેવી જ હોય છે આપણા ખોરાકમાં પોષણના અગત્યના તત્ત્વો દાળમાં હોય છે કડોળ (nitrogenous foods) શક્તિપ્રદ છે, શરીરને માટે ઉપયોગી છે, પણ ગૂઝરાતીઓ તો સાવ દીનાં દાળના ખાનારા! કેવળ પાણી જ પીએ છે પચમહાન તરફના ધારાળા આથી જ ત્યાંની ઉંજળિયાત કેમોને “દીલી દાળ ખાનારા તમે શું કરી શકો?” એમ વ્યગ્રમાં કહે છે દાળ સારી રીતે ઓગળી ગયેની અને ધાની ખાવી જોઈએ. કાઈ ‘મિન્નરુચિર્હિ લોકઃ’ એ મને સભળાવે તો મારે નિરુત્તર જ રહેવું પડે!!

“વૈદરાજ ! આપણે હ મેશા જ્યે રસ ખાવા કે નહિ ? કેટલા ટક ખાવું જોઈએ ?”-આવા પ્રશ્નો સાધારણ છે મહર્ષિ ચરક જણાવે છે કે “સર્વ રસો ખાનાથી બલ આવે છે, અમુક સમયોગ સાચવેા અતિયોગ અને હીનયોગ ત્યાજ્ય છે આનહી, હિંગ, મસાલા, હળદર દરેકની પાછળ શાસ્ત્રીય સત્ય રહેતું છે

આપણા અત્યારના બેદાખાઉ માણસો માટે, જે માણસોને શારીરિક કામ કરવાનું નથી હોતું તેનાઓ માટે-એક જ ટક ખાવું ઉત્તમ છે મહર્ષિ ચરક કહે છે **एकाशनभोजन सुखपरिणामकराणाम्** । શારીરિક મહેનત કરનારાઓ માટે આ નિયમ નથી આ નિયમમા અપવાદ હોઈ શકે મુબર્કના ધણાખરા માણસો એક ટક ખાઈને રહે તો આટઆટલા સમહથ્થીના કેસો થાય ખરા ?

\*

\*

\*

**न रागान्नाप्यविज्ञानादाहारमुपयोजयेत् ।**

**परीक्ष्य हितमश्रीयान्देहो ह्याहारसंभव ॥૪૫॥**

**ચરકસહિતા-સૂ. સ્થા ૨૮**

“જીસને વશ થઈને રખે ખાતા ગુણુદોષ જાણ્યા વિના, હિત અહિતની પરીક્ષા ક્યો વિના રખે ખાતા આહારથી જ આ દેહ બનેલો છે”

જતા આહાર સ બ ધી આપણા સાહિત્યમા એકાદ અપવાદ સિવાય સારા પુસ્તકો કેટલા છે ?

**१ सर्वरसाभ्यासो बलकराणाम् । एकरसाभ्यासो दौर्बल्यकराणाम् ॥ चरकसहिता-सू-अ-२५.**

**ગામડાંમાં જાઓ !**

આ કમનમીન દેશની પુનર્ધટનાના પ્રકાર પણ મને અટપટા જ લાગે છે બધા દેશનાયકો ખૂબો મારે છે ‘ગામડાના ઉદ્ધાગમા જ

હિંદનો ઉદ્ધાર છે. હિંદુસ્તાન એ ગામડાંનો જ બનેલો છે.' પણ હું માનું છું કે કોઈ દેશનાયકે ગામડામાં એકાદ બે વર્ષ વસીને ગ્રામ-જીવનનો તલસ્પર્શ અભ્યાસ જ નથી કર્યો.

### ગામડાંની આજની સ્થિતિ

અત્યારના આપણા ગામડાં એટલે જડતાના ઘર જ, ગામડાંમાં સાદાઈ, પવિત્રતા, નીતિ વગેરે છે એમ જે કહે છે તે ગામડામાં રહ્યા પછી કહે તો સારું. હું પાચજી વર્ષથી ગામડામાં આવીને પડ્યો છું. ગામડામાં ફરવાનો, તેના લોકોના પરિચયમાં આવવાનો પણ મને શોખ છે. આટલા વર્ષના અંતે હું કહું છું કે ગામડામાં નીતિ જેવું ઘણું ઓછું છે. ૧૫ ઘરના નાના ગામમાં પણ પરમિયો (ગોનોરિયા), ટાંકી-ચાદી (સિફિલિસ)ના રોગો જોવામાં આવે છે. સ્ત્રીઓનું બોળપણ એટલી હદ સુધીનું છે કે ગમે તે દુષ્ટ માણસ તેના સંદેશાધી લાલ લઈ શકે છે. કેટલીયે સ્ત્રીઓ બિચારી ગુપ્ત દરદોષી પીડાય છે. ચાંદીને લીધે કેટલાંયે કુટુંબો વાંઝિયાં જાય છે.

સાદાર્થ છે પણ તે ગરીબાર્થને લીધે છે. પૈસો પાસે આવે છે ત્યારે તો ગામડાંના લોકો પણ જીવનનો વિલાસ માણી શકે છે.

ગામડાંમાં જન્મને કરવું શું ? નથી કોઈને વાંચવું કે નથી કોઈને સાંભળવું. નાનાં પુસ્તકો મફત વહેંચો તો પણ જે વાંચી શકે એવા થોડાઘણા હોય છે તે પણ નથી વાંચતા. સારામાં સારો માણસ ગામડામાં ભાળ્યું કરવા આવે તો તેને સાંભળવાનું તેમને કુતુહલ પણ નથી થતું. સાથે કોઈ ઓળખીતો માણસ ન હોય તો તેનો ભાવ પણ કોઈ ન પૂછે.

જોડી અહંતા, અંદર અંદર દેવો છે. એક પણ ગામ (લગ્ન જિલ્લાની આ વાત છે) એવું લાગ્યે મળશે કે ત્યાં એક કરતાં વધુ પક્ષો ન હોય. આ પક્ષોમાં સામસામા કેસો તો ચાલતા જ રહે. એક પણ કોઈનું ઘાસ સળગાવી મૂકે તો બીજા પક્ષવાળા તેના તૈયાર થયેલો

કપાસ જ રાત્રે ને રાત્રે કાપી નાંખે. આ પક્ષવાળાઓને ત્યાં આપણા જેવો તટસ્થ માણસ જાય તો ખીજા પક્ષવાળો આપણને પણ એના પક્ષનો ધારી લે છે.

આ પક્ષોના કુસંપને લીધે કેટલાક બદમાસો ખુશામતથી એકાદ પક્ષમાં ઘૂસે છે એને થોડાં વર્ષો પછી તેઓ ગામમાં સખત ત્રાસ વર્તાવી શકે છે. એક પક્ષે મુમ્મયમાનને રાખ્યો એટલે ખીજા પક્ષવાળો પણ રાખે જ. એટલે જન્મે પક્ષના સંરક્ષકો મુસવમાન ગુંડાઓ બને છે. આ ગુંડાઓ પ્રજાની નમજાઈનો પૂરતો લાલ ઉઠાવે છે અને જ્ઞેતજ્ઞેતામાં ગામડાના તાજ વગરના ધણી જેવા તે થઈ બેસે છે.

આવા એકબે બદમાસોથી આખાં ગામ ને ગામ ધ્રુજે છે. દુબળાઓને મરણુતોલ માર મારીને તેમની પાસેથી કાઢે તેવા કામો તેઓ કરાવી શકે છે. ગમે તેવા કુલવાન માણસને છોડતો નથી. સોમાંથી પોણાસો ગામડાંની આ વાસ્તવિક સ્થિતિ છે.

બાળકને તો ગામડાંમાં હદ વાળી છે. કોળી, કુંભાર, મોચી, હુહાર અને ઠેક બ્રાહ્મણો સુધી બધી જ કામોમાં બાળકન પ્રવલિત છે. કોળી લોકો કન્યાને ૮-૧૦ વર્ષથી લાગ્યે જ મોટી કરી શકે છે. મોટી કરે તો વાતો થાય ! પરિણામે વેતિયાં, માયકાંગલાં સંતાનાથી દેશ ઉભરાય છે. ગરીબાઈને લીધે દૂધઘી જેવા પોષણકારક ખાદ્યો આપણને મળતાં નથી અને એમાં વળી આ બાળકન !

પશ્ચિમમાં તો અત્યારે સુપ્રજનન શાસ્ત્ર (Science of Eugenics) જોસેફર ગતિ કરી રહ્યું છે. આપણે અહીં તો પ્રજા યવી એ કેવળ અકસ્માત અને દૈવની જ ગતિનો વિષય છે ! નાલાયકનાં લગ્નો બંધ શી રીતે કરવાં ?

નડતી મુશ્કેલીઓ

ઠીક, એ વિષયને જવા દો. ગામડાંમાં જઈને વસનાર મુવાનોના



ભરણપોષણનું શું ? બધાને 'લિક્ષ્તા' માગનાનું દેશનાયકો કહેશે ? લિક્ષ્તાથી તેમના ઘેરાછોકરાનું પોષણ તે કરી શકશે ? ગામડામાં યુવાનો કા તો ખેતી અથવા વૈદ્યક શીખેના હોય તો જ સ્વાવનખી રહી શકે. ગૂજરાતના ગામડામાં ખાદીને—હાથવણાટ અને કાતામણને મોખ્ય સ્થાન નથી અને ખાદીમાંથી એક સ્વયંસેનક માસિક ૩૦-૪૫ રૂપિયા મેળવી શકશે ખરો ?

આત્મારનું ગામડું એટલે જ્યાં કોઈ પણ જાતની સગવડ નહિ એવું સ્થાન ન મળે પોસ્ટ ન મળે રેલ્વે, ન મળે પુસ્તકાલય, ન મળે સારી સગતિ, ન મળે વૈદ્યકીય મદદ, ન મળે સારું રહેના ભોગ મકાન—અર્થાત્ દરેક જાતની અગવડો ભોગવવા જે જીવન તૈયાર હોય તે જ ગામડામાં વસી શકે ત્યાં રહીને સાહિત્યનો શોખ કે સાહિત્યની સેવા ન પાલવે કે ન કરી શકાય

અને જીવનની પત્નીનું શું ? યુવાન તો ૧૦-૧૨ વર્ષની ફેળવણી અને વાચનના પ્રતાપે દેશસેવા, ત્યાગ, સાહર્ષ એ સમજતો થયો છે પણ તેને પાનવે પડેની તેની પત્નીનો બિચારીનો શો વાક કે તે પણ આવું દુઃખ ભોગવે ? ધરણ્યાગાદા ઉપરથી તેનું ચિત્ત હજી જીંદગી નધો મારા ખીજા મિત્રો જે શહેરમાં રહીને વધાશક્તિ સેવા કરી રહ્યા છે તેમની પત્નીઓને જોઈને પણ તે જિવંદુ 'સુન્દરીતે રહેવાનું' શીખી આવે છે. ધનસન્નિપાતના આ જમાનામાં સર્વત્ર ધનની પૂજા થઈ રહી છે. શુભ નહિ પણ ધન જ માનને પાત્ર મનાય છે. ગામડામાં અને શહેરમાં સર્વત્ર ધનનાજો જ પડિત વક્તા અને પ્રીતિપાત્ર મનાય છે.

મારા એક મિત્રની પત્ની મને કહે છે “.. જ્યારે તમારે બધાને ગામડામાં જ રહેવું હતું ત્યારે તમારે પરણવું જોઈતું ન હતું. આ બેત્રણ છોકરા થયા છે તેની ફેળવણીનું તમો શું કરશો ? તમારે વધારે તેમ કમલું નથી. તમારી સેવાના જોગે આ બિચારા

બચ્ચાંની કેળવણીનો તમો શું ભોગ આપશે? શહેરમાં મોકલીએ તો માસિક રૂપિયા ૧૫-૨૦ જોઈએ. ગુરુકુળમાં મોકલીએ તો ત્યાં પણ પૈસા જોઈએ. અને જ્યાં ઘડપણમાં ટાંગા નહિ ચાલે ત્યારે દેશનાયકો તમારા પોપણ માટે પૈસા આપશે કે? તમારે બચ્ચાવડું તો છે જ નહિ ને? અને ૩૦ કપૈડીમાં તમો બચ્ચાવો પણ શું?.....અને આ તમારી ખાદીની સાડીઓ! પ્રભુ તોખાહ! એક તો ખારાં પાણી, ખીજું ગામડાની ધૂળ અને ત્રીજું સાડીનો ભાર: અમારાથી તો ઘોવાતીયે નથી અને ઘોઈએ છીએ તો પણ કાળી ને કાળી જ રહે છે. જેના ભોગ લાગ્યા હોય તે ગામડામાં રહે!....."

### સાદાર્થ કેને કહેવી?

બધા સાદાર્થનો ઉપદેશ કરે છે પણ સાદાર્થ કેને કહેવી તેના વ્યાખ્યા કોઈ બાંધશે? જીપુરય અને એક સંતાનને માસિક ધી-દૂધના કેટલા પૈસા જોઈએ? દરેક વ્યક્તિએ દિવસભરમાં પાંચ તોલા ચરખી (fist) ખાવી જોઈએ. પાંચ તોલાને બદલે દરેક માણસ અધોળ જ ધીતેલ ખાય તો પણ ત્રણ માણસના કુટુંબ માટે માસિક ૭ રૂપિયાનું ધી જોઈએ. (બચ્ચાં માટે ખાસ બનાવવું હોય તો જને બદલે આઠ રૂપિયા જોઈએ.) દૂધ, શાક-ભાજી, ઘઉં, ચોખ્ખા, દાળ, ઘરભાડું, લુગડાં, પુસ્તકો, મુસાફરી-આ બધામાં માણસ બહુ સાદો રહે તો પણ આ જમાનામાં આ મોંઘવારી જેતા રૂ. ૫૦)થી કદીયે ઓછા રૂપિયાથી તેનું ન નબે. દા, પછી પેટે પાટા બાંધીને સેવા કરે, બચ્ચાંને જૂએ મારે તેના પોતાનામાં અને તેની પત્નીમાં રહેલી રસવૃત્તિને પણ તે સૂકવી નાખવા જોટલો ફૂર ધઈ શકે તેમ હોય તો ભયે.

— ગામડાંમાં રહેનાર યુવાનો પાસેથી સંયમની આશા મુરખીઓ મલે રાખે, પણ તે નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચારી રહે એમ-તો નહિ ઇચ્છે ને? પણ બચપણમાંથી જ લગ્ન થઈ ગયેલું હોય છે તેનું શું કરવું? આ

સ્થિતિમાં તે બિચારો સેવા શું કરી શકે? આવેશમાં જે ગામડામાં ચાલી આવેલો હોય જ તે એકાદ વર્ષને અંતે આ બધા અનુભવો, સમને શહેરમાં પાછો સિધાવે છે !

### કુટુંબલક્ષિત વિ. દેશલક્ષિત

મારા એક મિત્ર લગભગ ૭-૮ વર્ષથી ગામડામાં રહીને સેવામત ધારણ કરી રહ્યા છે. તે હજી પરપયા નથી. ખેડૂત છે અને ખેડૂતને તો પત્ની સિવાય ચાલે જ નહિ. છતાંયે તે લાર્મ નિભાવે રાખે છે. પણ હવે તેમનાં માતાપિતા વૃદ્ધ થયા છે. ઘરની આર્થિક સ્થિતિ ઘણી ખરાબ છે. લણાવી ગણાવીને જે દીકરાને તેઓએ મોટા કર્યો છે તે દીકરો હવે તેમના ઘડપણમાં તેમને શાંતિ આપવા પ્રયત્ન કરે છે. પણ એટલા પૈસા ક્યાથી લાવે? પિતાને માસિક રૂ. ૪૦-૪૫ નું ખર્ચ છે. બહેનો વગેરે માતાપિતાને ત્યાં જાવઆવ કરે, પરિણામે બચરવાળ એટલે ખર્ચ પણ આવે. હવે આ પિતૃલક્ષિત લાર્મ ક્યા છે-મુંઝાયા છે: એક તરફ પિતૃલક્ષિત અને બીજી તરફ દેશલક્ષિત. પણ માતાપિતાને તરછોડી શકવા જેટલી અત્યારે દેશલક્ષિત ઉભારાઈ જતી નથી એટલે હવે તે મુંઝાય છે.

મને લાગે છે કે આપણી વર્ણવ્યવસ્થામાં ઘણું બિંદુ રહસ્ય સમાયેલું છે. ગૃહસ્થાશ્રમીઓએ પોતાનાં બાલબચ્ચાં અને કુટુંબનું ભરણપોષણ કરવું જ જોઈએ. ગૃહસ્થાશ્રમ એ પોતે જ ઘણી સેવાઓનો આશ્રમ છે તો પછી બહાર સેવા કરવાનું માંડી વાળી તેઓએ તો જાગૃત રહીને જેટલું બને તેટલું પ્રસંગોપાત આપી છૂટી, સંઘમી જીન ગાળીને કુટુંબને સુખી બનાવવું જ જોઈએ. તેમનાં બચ્ચાને યોગ્ય કિચ્ચ કેળવણી પણ આપવી જ જોઈએ.

વાનપ્રસ્થાશ્રમનો જે વૃદ્ધી સ્વીકાર કરે અને બાકીની અવસ્થા ગામડાંમાં રહીને પૂરી કરે તો હિતમ વાત છે. તેમનો બહોળો અનુભવ, ગૃહસ્થાશ્રમીઓની હાડમારીનો ખ્યાલ, શાંત મનોવૃત્તિ

અને સંયમી સાદું છત્રન-ખરેખર ગામડાંની સેવા માટે વધારે ચોંચ ગણાય.

\*

\*

ત્યાગ કરો !

... ... અને આ ગામડાંની પ્રજાને વળી કેટલાક ત્યાગની વાતો સંભળાવે છે ! બિચારાઓ પાસે ત્યાગવાનું છે જ શું ? આખા વર્ષની મહેનત શેડ્યાહુકારો, ધ્ધારો, સાધુઓ અને દાઝતા પીઠાવાળાઓ પડારી જાય છે. હું તો આ લોકોને ત્યાગ કરવાની નહિ પણ ભોગ ભોગવવાની સલાહ આપું છું. પોતે ગાયબેંસ ઘર આગળ રાખે છતાં દૂધ તેઓ ભાગ્યે ખાય છે, ઘી પણ વેચી નાખે છે, ઊંચ પણ વેચે છે. તેઓ ખાય, પીએ, મોજ મારે એ સ્થિતિ જવા હું વિચારું છું. આવી ભૂખડીઆરસ જેવી સ્થિતિમાં તેમની આગળ ત્યાગની વાતો કરવી એ બેંસ આગળ ભોગવત જેવું છે.

ખેતીની દુર્દશા, દોરડિછેર તરફ આશ્રયકારક એપરવાહ, શેડ-શાહુકારોનો અને હવે તો સિંધી-કાળુડીઓનો પણ ત્રાસ, આરોગ્ય માટે મોડું મીઠું, કેળવણીનો તદ્દન અભાવ-આ બધા પ્રશ્નોનો ગામડામાં જઈને રહેનારે સંપૂર્ણ અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

અમારા મંડળનું અહીં એક શર્મ છે. સાત વર્ષમાં બે સપ્તેજ કંઈ નફો મળ્યો હતો, બાકીના બધાં વર્ષોમાં ખોટ છે. બીજા પ્રતિષ્ઠિત મોટા ખેડૂતોની પણ એ જ દશા છે. મૂડી ખેડૂતો રોકે છે તે ઉપરનું વ્યાજ તેમ જ રીતસરનો બીજો હિસાબ ખેડૂતો રાખતા હોય તો ખેડૂતો ખેતી કરે જ નહિ એવી ગંભીર પરિસ્થિતિ ઊભી થઈ છે અને થતી જાય છે. મજૂરોનો પ્રશ્ન પણ અટપટો છે.

ન્યાં મનુષ્યઉછેરનું ઠેકાણું નથી ત્યાં દોરડિછેરનું જ શું હોય ?

x

x

શહેરો સુધર્યા વિના ગામડાં સુધરશે ખરાં ? અત્યારે ગામડાંમાં

જનાર જોઈ શકે છે કે શહેરનું અને શહેરના લોકોનું ગામડિયા સંપૂર્ણ અનુકરણ કરે છે. ઠેક ભરવાડો અને ઢેક સુધી ચાખીડી ઘૂસી છે હોટલો વગેરે હવે ગામડામાં ઘૂસના લાગી છે. શહેરમાં જઈને ગામડાના લોકો પાનપટ્ટી, નાટક, સિનેમા વગેરે જોતા થઈ ગયા છે ગામડામાં પણ ચોખ્ખું બેળ મિનાનું દૂધ જાગ્યે જ મળે છે. મહેમાનગીરી માટે પકાવવા ગુજગતના ગામડામાંથી મહેમાનગીરી પણ દિનપ્રતિદિન અદસ્ય થતી જાય છે. ગામડાની સારી સ્થિતિની બહેનોમાં પોલકા અને ખીજ પોષાકો, ફેશનેબલ ધરણાગાદા વગેરે લાખન થયા છે ગયા ત્રણચાર વર્ષોના ઇલેકશનથી પણ લોકો રાજનીતિ વિષે રહેજ નાણુતા થયા છે. આમ શહેરોનું અનુકરણ ગામડા કરી રહ્યા છે આમાં જે અનિષ્ટ છે તેનું જ અનુકરણ પહેલું થાય છે દુબળાઓ પણ માન્ચેસ્ટરના ગ્રીયા ધોતિયા પહેરતા થઈ ગયા છે.

દિનપ્રતિદિન ગામડાં લાગતા જાય છે. વધતી જતી જીવનની હાડમારીઓ ને જઠરિયાતો, શહેરના મોજવિલાસ, વગેરે ગામડાંના લોકોને તે તરફ ખેંચી રહ્યા છે. ખેતીના આવા ખરામ વર્ષોથી લોકો હવે અધુવનો ત્યાગ કરી નોકરી જેવી ક્ષુદ્ર વસ્તુ તરફ દોડવા લાગ્યા છે.

જે વરાઓમાં પહેલા ૫૦ રૂપિયા ખર્ચાતા હતા તેમાં જ હવે ૨૦૦-૨૫૦ ખર્ચાવા લાગ્યા છે. આ ચોખ્ખું શહેરનું અનુકરણ છે. બાળક પણ ન્યા સુધી ઉચ્ચ મનાતી કોમોમાંથી નહિ દૂર થાય ત્યા સુધી ગામડામાંથી તે નહિ નીકળે એમ માનું છું.

\*

\*

સિદ્ધરૂપ બ્રાહ્મણો (સન્નેદરાઓ) અને વીશાખાડ વાણિયાની ન્યાતો વિષે નાણુનું જરૂરી છે. કન્યાની એટલી બધી અજીત છે કે સોમાંથી પચાસ પુરવો વાઢાજ મરે છે, જેને કન્યાઓ મળે છે.

તેને તિબેરી ખાલી કરવી પડે છે. પરિણામે વસ્તી એકદમ ઘટતી જાય છે. વિધવાઓનો પ્રશ્ન મુંઝવે છે—અનીતિ વધે છે.

સમસ્ત ન્યાતોની ઓછેવત્તે અંશે આવી જ સ્થિતિ છે. રા. મુકરજીનું 'Dying Hindu Race' નામનું પુસ્તક દરેક હિંદુએ વાંચવા જેવું છે. હિંદુઓની વસ્તી ઘટે છે એનાં કારણો પણ વિચારવા જેવાં છે. આપણા સાહિત્યમાં આવા પ્રશ્નો ચર્ચવાની કોઈને ગમ જ નથી પડતી !

\*

\*

### કેવા માણસ જવા જોઈએ ?

નિત્યેના અતિમનુષ્યની લાવનાવાળા જીવાનો જ ગામડામાં જવા જોઈએ. તેઓ ખરેખરા ખખડબળ હોવા જોઈએ. આવતી કાલની પરવા જેને ન હોય, લય અને મૃત્યુ જેને મન રમત હોય, તેવા નિષ્કામ કર્મયોગીઓએ જ ગામડામાં જવું જોઈએ એમ મને લાગે છે. પોતાના જીવનની સુધારણા તે કદીયે ન જૂલે, જેનામાં વહેરાનો થનથનાટ અને વૃદ્ધનો સંયમ હોય, રનાયુઓમાં પાપાણુથી દટતા હોય, જીવનશક્તિ હિલરાતી હોય, આખું શરીર જાણે એક કમાન જેવું હલકું અને ચપળ હોય, તેની આસપાસના માણસો કરતાં જે અનેક ઘણા આગળ હોય—આવા માણસો જ અત્યારનાં ગામડાંમાં જડ વાતાવરણને પલટાવી શકશે. ખીજા તો પોતે જ તમસના ભોગ થઈ પડીને પોતામાં જે થોડું ધણું રજસ લયું દશે તે પણ ગુમાવી બેસશે—'ત્રિશંકુ' જેવી તેમની ગતિ થશે. અત્યારે ધણાંયે નવયુવાનોની આ ત્રિશંકુ જેવી દશા થયેલી છે, તેના મૂળમાં કંઈક આવું જ છે.

આ છતાં પણ સાધારણ માણસો ગામડામાં સારી સંખ્યામાં જઈને વસે તો પણ કામ થઈ શકે એમ છે. એક જ તાલુકામાં એક જ વિચારના કેટલાક યુવાન મિત્રો પોતાની સમસ્ત શક્તિઓ

કેન્દ્રિત કરીને તાતુકાના ગામડેગામડે વસી જાય તો પણ સરસ કામ થઈ શકે એમ છે ગામડામા રહેવું એ જ એક જાતનું તપ છે ત્યાં રહીરહી લેને તે કંઈ કામ ન બતાવે છતાંયે તેનું રહુ સાવ નિષ્કળ નહિ જાય તેના વિશુદ્ધ જીવનની એકીચત્તી છાપ તો ત્યાંના લોકો ઉપર જરૂર પડે જ. પણ એટલા બધા માણસો લાવવા ક્યાંથી? નાગપુર જેલમા જવા હજારો આગળ આવેના પણ અહીં ગામડામા આવવા કોઈયે તૈયાર નથી તેનું શું કારણ? નાગપુરની જેલમાથી તો જ મહિના કે એક વર્ષમા છૂટીને આવવાની તેમને ખાતરી હતી-દેશ-સેવકો તરીકે જાગૃકતાની પણ કદાચ અતરથી ગુપ્ત છપ્પાઓ હશે- પણ અહીં ગામડામા જઈને વસવું એટલે તો આપણી એકાદ બે પેઢીની જ કેદા શહેરમા સેવા કરનારા ધણાએ મળી આવે છે, પણ ગામડામા રહ્યાબહ્યા જ જણાય છે તેનું શું કારણ?

x

x

x

વળી એક બીજી વાત કેવળ વૈતરું કરી છૂટે એવા યુવાનોની ગામડામા જરૂર નથી બુદ્ધિની સૂક્ષ્મતા પણ તેમને ખાતે આવશ્યક છે તે આલાક હોવો જોઈએ નહિ તો ધણાઓ તેને બનાવશે અને તેની લનમનસાઈના દુરુપયોગ કરશે એક લના લાખ આખા ગામના ફેરાફાટા ખાય એટલે તે બધાને વહાના લાગે, પણ એમનું પોતાનું કંઈ કામ હોય તો કોઈ લાગ્યે જ કાન ઉપર લે! અને એટલું કરવા છતાં પણ ને લાખ કદી અત્યજને અડકે અથવા એકુ ગરીબ વિધવા સાથે તેના દુ ખોતી વાતો કરે અને તેને કંઈ મદદ કરે તો પછી થઈ રહ્યું! તે દલી છે, બગડેલો છે, એ ઇત્યાદિ તો તેના કપાળમા ખરો જ

આપણો સમાજ ગુપ્ત પાપેને હસતે મોઢે સાખી શકે છે પણ આમ લેવારી છૂટ (અન્યતઃ નિર્દોષ)ને તે સડી નથી શકતો.

સમાજની આંખમાં કમળો છે એટલે બધે જ તે પીણું દેખે છે. ફેટલાયે નિષ્કર્ષક યુવાનોના ચારિત્ર્યને કાળું ચીતરવાના પ્રયત્નો પણ ગાંમડાંના લોકોએ કરેલા છે, ગામડાંમાં જ નહિ, શહેરમાં પણ આવી મનોવૃત્તિ જણાય છે. રોગગ્રસ્ત માનસ પીણું શું જીએ-જાણે ?

\*

\*

\*

### ‘ઉતાવળા રખે થતા’

પણ મારા એક મુરખી મિત્રનો દરથી સ્વર સંભળાય છે: “ઉતાવળા રખે થતા. ગામડામાં રહેનાર યુવાનોમાં અખૂટ ધીરજ અને અદમનીય ઉત્સાહ જોઈએ. તમારા કામનાં ફળ કદાચ તમે તમારી જિંદગીમાં નયે જોઈ શકો. આયલેંડ અને રશિયામાં પણ મામપુનર્ધાટના યુવાનોના સ્વેચ્છાપૂર્વક સ્વીકારેલા સંન્યાસને જ આભારી છે. તેઓ ૬૦-૭૦ વર્ષોથી ગામડાંમાં જન્મને વસેલા. ગયા યુદ્ધ વખતે તેમને અનુકૂળ સંજોગો આવ્યા એટલે તેમનું કામ દીપી ઊઠ્યું. દરેક સંગીન કામ વખત તો માગે જ. તમને ગામડાંની જડતાથી કંટાળો આવ્યો છે, પણ ગામડાંની સુધારણા વિના દેશની સુધારણા તમે કહી શકો છો ખરા ? કાર્ય કરનારે પોતાનું આંતરિક જીવન તપાસતા રહેવું અને દિનપ્રતિદિન જીવનને વિશુદ્ધ બનતું જોતા રહેવું. પોતાની સુધારણા વિના અન્યની સુધારણા જરાકે શક્ય નથી.....”





## ૧૬ પુરુષનું સૌન્દર્ય

‘ રસમ નથી તે જ ગની છે જેઓ જ ગની છે તે બહાર બરડા  
ને અંદર દુખાંસ છે ’ — રવીન્દ્રનાથ ટાગોર

સૌન્દર્ય અને ક્રોમળતા બન્ને સ્ત્રીઓના જ આભૂષણો છે એમ આપણા દેશમાં મનાય છે પરંતુ આ માન્યતા ખરી નથી પુરુષમાં ક્રોમળતા કે સૌન્દર્ય સંભવી જ ન શકે, પુરુષ એટલે ખડતલ મરદ, ક્રોમળતા સ્ત્રીના શરીરમાં હોય, પુરુષ તો વળી ક્રોમળ હોઈ શકે ખરો? આ અને આવી જ ખીજ દોષિત વિચારસરણી આપણા આખાં સમાજમાં પ્રચલિત લાગે છે ખરી વાત તો એ છે કે સૌન્દર્ય વિનાની સ્ત્રી જેમ આખા ખૂંચે એવી ચીજ છે, તેમ સૌન્દર્ય કે ક્રોમળતા વિનાનો પુરુષ પણ જોવો ગમે તેમ નથી સ્ત્રીમાં પુરુષત્વનો અને પુરુષમાં સ્ત્રીત્વનો અમુક અંશ રહેવો જ છે ગમે તેવા બળનાન પુરુષમાં જો સ્ત્રીત્વની છાય નથી હોતી તો તે પુરુષ દર્શનીય નથી હોતો સુદર સ્ત્રીમાં પુરુષત્વની છાય હોય છે જ સ્ત્રીત્વ સિવાયનું પુરુષત્વ અને પુરુષત્વ વિનાનું સ્ત્રીત્વ બંને આદર્શ સ્થિતિ તો નથી જ જે ખરો મરદ હશે તેનામાં સ્ત્રીમુનલ ક્રોમળતા અને મૃદુતા પણ સાથોસાથ હશે જ જે ખરી સુદર સ્ત્રી હશે તેનામાં પુરુષમુનલ શૌર્ય અને સાહસ પણ સાથોસાથ હશે જ સર્વોગ સુદર સીતામાં પુરુષોચિત શૌર્ય અને સાહસ બંને રંગેરંગમાં ભર્યા હતા, પુષ્પથી પણ ક્રોમળ એવી દમયંતીમાં ‘મુછાળા મરદો’ના માન ઉતારે એટલું બલ અને નિર્ભયત્વ હતું, દ્રૌપદી જેટલી સુદર તેટલી જ તેજસ્વી છે સુગંધાનુ અપ્રતિગ સૌન્દર્ય પૌરુષભાવ વિનાનું હોત તો આજે તેને કાણ યાદ કરત? અને લાખોને સહાર કરનાર રામ પુષ્પથી પણ ક્રોમળ પ્રકૃતિના છે એ સાહિત્યરસિકોથી અગ્રાત નથી જ વળજીયાં કઠોર અને કુસુમ કરતાં વિશેષ મૃદુ એવા લોકોત્તર મનુષ્યોના હૃદયોમાં જ સૌન્દર્યના લહાર ભર્યા હોય

છે. અર્જુન જેટલો ગાંડીવથી શોભે છે તેટલો જ ઇંદ્રના મહેમાન તરીકે રહીને નૃત્ય કરતો પણ શોભે છે. પુરસ્વામાં શૌર્ય અને પ્રેમ બંનેનો અજબ સમન્વય કવિએ પણ બતાવ્યો છે, અને નટરાજ તેમના નૃત્યમાં પણ શૌર્ય અને સૌન્દર્ય દર્શાવી શકે છે.

અર્થાત્ સૌન્દર્ય એ કેવળ સ્ત્રીઓનું જ આભૂષણ નથી. પુરુષોમાં સૌન્દર્ય ન હોય એ કલ્પના જ બેહુદી છે. હા, પુરુષોમાં પુરુષત્વનો અંશ વિશેષ રૂપમાં હોય છે અને સ્ત્રીઓમાં સ્ત્રીત્વનો અંશ વિશેષ રૂપમાં હોય છે. જે પુરુષમાં શૌર્ય, સાહસ અને શક્તિ ન હોય તેનામાં કદીયે સુંદરતા હોતી નથી. પુરુષ એટલે જ મરદાનગી, અલયત્વની મૂર્તિ. પુરુષના પડકારમાં દુશ્મનોના હાંજા ગગડાવી નાખવાની શક્તિ હોવી જોઈએ. પુરુષના બાહુમાં શક્તિ હોવી જોઈએ, પુરુષની વજ્જ જેવી કમર અને 'કનકગિરિશિલા સમાન વક્ષ,' પુરુષોના 'પીનલ'બ બાહુ, 'એની ગજ અથવા વૃષભના જેવી ગતિ, રથેન પક્ષીના જેવું' નાક, એની શિલા સમાન છાતી (વ્યૂઠોરા), આ બધું પુરુષમાં ન હોય તો તેને પુરુષ ન કહેવો જોઈએ. પુરુષમાં પુરુષત્વ ન હોય તો પછી ભલે તે મૃદુતાની મૂર્તિ હોય તોયે એ પુરુષ નામને લાયક નથી. ખરા શૌર્યમાં ઉંમેથાં ક્રોમળતાનો વાસ હોય છે જ. સ્વ. રમણુભાઈએ યોગ્ય જ કહ્યું છે:—

જે શૌર્યમાં ક્રોમળતા છુપાઈ તેને જ સાચું પુરુષત્વ માનું,  
દ્રવન્ત લોખંડનાં ખડગ થાય, પાપાણુનાં ખડ્ગ નથી ધડાતા.  
'રાઈનો પર્યંત'

પથરનાં ખડ્ગ નથી ધડાતાં પણ દ્રવન્ત લોખંડનાં જ ખડ્ગ ધડાય છે. જે શૌર્યમાં ક્રોમળતા છુપાઈ જ હોય છે તેના જ જીવનનાં ચિત્રો ઇતિહાસપટ ઉપર અંકાય છે. બળ અને મૃદુતા, શૌર્ય અને શોભા, નક્કરતા અને નમ્રતા, આ સુંદર પુરુષના ગુણો છે.

સૌન્દર્ય મફદ આમડીમાં નથી. It is not skindeep.

or bonedeeep. સુંદરતા ચામડીમાં અને સ્નાયુઓમાં જ નથી. શરીરનો રંગ, વાળ, નાકનો ચરોડ, મજબૂત છાતી, છટાદાર ચામ, સ્પષ્ટ અને મોઢક વાણી, પ્રચંડ મજબૂત બાહુ, ગાત્રવાધન અને કર્મસામર્થ્ય આ સુંદર પુરુષના ચિત્રના મુખ્ય ઘટકો છે. વિશાળકાય યુ. પીના લેવા કે કદાચર કાળુસીઓનાં શરીર સૌન્દર્યના નમુના નથી. તેમ કોલેજના કોલેજિયનો જેમ નાજુક આંત્રે ચાલનારા, ચીપીચીપીને બોલનારા અને નાજુકાર્કમાં જ પોતાની મોટાઈ અને સુંદરતા માનનારાનાં માથાકાંગઢાં શરીરમાં પણ સૌન્દર્ય નથી. દુષ્યંત, પુરુરવા, રઘુ, અર્જ, રામ, લક્ષ્મણ, અર્જુન, કય, કાર્તિકેશ્વરી અને શિવ આ બધા પુરુષસૌન્દર્યના સાચા નમુનાઓ છે.

સુંદર સ્ત્રીઓ તો જોવામાં આવે છે પરન્તુ સુંદર પુરુષો જવ-  
સ્તે જ જોવામાં આવે છે. કવિ બાનાલાલે કુમારિકાઓને કેવો પતિ  
ગમે છે તેનું સુંદર વર્ણન કરતાં પુરુષનું હૃદય ચિત્ર દોરેલું છે:—

જોઈ હસે મુજ આંખ, દરે મુજ આત્મન  
ત્રેમતી ભરતી ચહડે.

દાખવ દેવિ ! જો લાખ સખિ !  
મુજ વસ્ત્રલ કોણુ ? એ ક્યાંથી જડે ?  
નેત્રે સુધા વરસે વીરલી,

ઉરમાં ઉછળે રસઓધ, અને  
પુષ્પપરાયી ઉદાર બહાદુર,  
એ વર બાહ ! બતાવ ચહને.

જેનાં નેત્રમાં વીરલ સુધા વરસતી હોય. જેના ઉરમાં રસની  
પ્રચંડ ભિમિંઓ ઉછાળા મારી રહી હોય, જે પર-પારકાં માટે જન  
કુરબાન કરવા જોઈએ ઉત્સાહસંપન્ન હોય, પુષ્પવાન હોય, ઉદાર  
હોય અને બહાદુર હોય, આવો વર મેળવવાના કન્યાઓના કોડ

હોય છે. દિક્ષાંદસ શરીરમાં જુડયલ સ્ત્રીઓ 'ધણી' વખત સુંદરતા આરોપતી જણાય છે, પરંતુ સૌન્દર્ય શરીરના રંગમાં નથી. ખરું સૌન્દર્ય આત્માનું પ્રતિબિંબ ઝીલનારુ હોય છે. જે ઉદાર, પુણ્યપરાયી, બહાદુર અને રસચ્છશે તેનો બાહ્ય દેખાવ અવશ્ય સારો હશે-હોવો જોઈએ. આકૃતિ ગુણોનું કથન કરે છે એ કહેવત ખોટી નથી. સુંદર સ્ત્રી કે સુંદર પુરુષ આંતરિક વિશુદ્ધિ વિના નથી થવાતું. જેને સૌન્દર્યની દૃષ્ટિ સાપડી છે તે જ સૌન્દર્ય શોધી શકે છે. ટાગોરે ખરું જ કહ્યું છે કે જે રસચ્છ નથી તે જંગલી છે અને જેઓ જંગલી છે તે બહાર બરડ અને અંદર દુર્ગંધ હોય છે. 'મરુભૂમિમાં શક્તિ નથી. શક્તિનું યથાર્થ રૂપ તે જ સ્થળે દેખાય છે કે જ્યાં પથ્થરની છાતી ઉપરથી પાણીનો પ્રવાહ કલ્લોલ કરતો વહો જાય છે, જ્યાં વસંતના રૂપના હિલ્લોલથી હિમાલયનું ગાભીયું મનોહર બની જાય છે. વિક્રમાદિત્યે ભારતવર્ષમાંથી શક લોકોને હાંકી કાઢ્યા હતા ખરા પણ તેણે કાલિદાસને મેઘદૂત લખવાની મનાઈ કરી ન હતી.'

કાલિદાસની રસચ્છતાને પોણે અને દુસ્મનેને ત્રાડથી ડારે એવા પુરુષોને જ આપણે સુંદર કહી શકીએ. જે પુરુષમાં શૌર્વ-વીર્વ ના હોય પણ ખીજ બધા ગુણો ભણે સોળેસોળ આના હોય, છતાંય તે પુરુષને આપણે સુંદર ન કહી શકીએ. પુરુષત્વ વિનાનું પુરુષ-સૌન્દર્ય સંભવી જ નથી શકતું. કવાનો ઉપાસક વીર્વવાન જ હોય અને વીર્વવાન જ કવાનો સાચો ઉપાસક હોય. પોતની પામરતાને ઢાંકવા માટે કવાનો જે આશરો લે છે તે પુરુષત્વવિહોણ છે. માય-કાંગતો પુરુષ ભણે સુંદર નૃત્ય કરતો હોય તોયે તેનું નૃત્ય શોભતું નથી. નૃત્ય ઉદયશંકરનું વખણાય છે કારણ કે ઉદયશંકરનું શરીર સુપટ, સુડોળ છે અને રશિયન નર્તકી આના પેવડોવાએ કહ્યું છે: 'મેં ઉદયશંકર જેવું ધાટીલું પુરુષશરીર જ્યદ્દે જ જોયું છે.' થોડા

મહિના ઉપર 'હેલ્થ' નામના અંગ્રેજી માસિક ઉપર એક મદ્રાસી એડવોકેટના નૃત્યનો મુંદર ફોટો આવ્યો હતો. એ માસિકના તંત્રીએ સાચું આરોગ્ય કેવું હોવું જોઈએ એ બતાવવા માટે જ એ સરસ ચિત્ર પૃથ્વી ઉપર આપ્યું હતું. એ એડવોકેટનું સુઘટ અને સુદૃઢ શરીર નાચ વખતે એવું કામળ જણાય છે કે આપણને એ ચિત્ર છોડવાનું મન જ નથી થતું. અમેરિકાનો નૃત્યકલાકોવિદ ટેડ શોન એક પહેલવાન જેવો જણાય છે. 'ફિઝિકલ કલ્ચર' નામના અમેરિકાથી નીકળતા માસિકમા એ એનો ફોટો જોયો છે. એવું પહેલવાન જેવું શરીર છે છતાં જ્યારે તે રંગભૂમિ ઉપર નૃત્ય માટે ઊતરે છે ત્યારે કોઈ એને વ્યાયામવીર ટેડ શોન ન જાણે, પણ જાણે મૃદંગી મૃગ-નયના ના હોય ! આ નૃત્યકલાકોવિદ ટેડ શોનના પુરુષસૌન્દર્ય ઉપરના વિચારો પણ જાણવા જેવા છે :

“સ્ત્રીસદૃજ ગુણોનો જે પુરુષમાં અભાવ હોય તો સમજવું કે ત્યાં સુધી તેનું પુરુષત્વ અપૂર્ણ છે. પરંતુ સ્ત્રીના કેટલાક ગુણો હોવા એ વાત જુદી છે અને સ્ત્રીમય બની જવું એ વાત જુદી છે.

ધર્મિયે સ્ત્રીના નેટલું જ પુરુષશરીર પણ મુંદર બનાવ્યું છે. આદર્શ સ્ત્રીસ્વરૂપ સક્રિય કરતાં નિષ્ક્રિય વધુ હોય છે. સ્ત્રી ઊભી હોય કે બેસી હોય કે અટ્ટેલીને બેસી હોય તોય મુંદર લાગે છે. જ્યારે પુરુષનું શરીર તેની કામ કરવાની છટા વખતે કે શૌર્ય દર્શાવવાના પ્રસંગોએ જ શોભી જોડે છે.”

ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે, “બલ વિદ્યાનયી શ્રેષ્ઠ છે, કારણ એક બળવાન માણસ સૌ વિદ્યાન માણસોને ચચરાવે છે.” ઉપનિષદો કે વેદો હંમેશાં વીર્ય-શૌર્યની સ્તુતિ ગાય છે. એમને આદર્શ આદ્યાવાન, દદનિશ્રયી અને બલસંપન્ન પ્રજાનો છે. ‘તું વીર્યસ્વરૂપ છે, મને તું વીર્યવાન બનાવ !’ આ અને આવી ખીજ અનેક પ્રાચીનાઓના હિસરા વેદોપનિષદમાં મળે છે.

હિંદુસ્થાનને અત્યારે સૌથી વધુ જરૂર જતની ઉપાસનાની છે પરીક્ષાઓ પાસ કરનારા અથવા પે પટિયાઓ તો ધણા હવે જણાવા લાગ્યા છે, પરંતુ આદર્શ પૌરુષ હજી પ્રગટ થયું નથી જણાતું નવયુવાન કુસ્તીના ડગનોમા શરીરને કસે, તોફાની નદીઓ તરતા શીખે, તોફાની ઘોડા ઉપર ફલગ મારીને ચઢતા શીખે, ઝાડ ઉપર ચઢતા અને દડાની માફક નીચે પડતા શીખે વ્યાયામથી કસેના શરીરમા જ સૌન્દર્યદર્શન થાય છે ફટાફટ કરતા સ્નાયુઓ, વિલકત ધનગાત્રત્વ દેહનાધન, કર્મસામર્થ્ય, આ બધું વ્યાયામથી જ પ્રાપ્ત થાય અને પુરુષસૌન્દર્ય આ સુખટ, સુન્દ, સુડોળ શરીરમા જ વાસ કરે છે આ સાથે આજના યુવકમા રસગતા હોય, કનાની દૃષ્ટિ અને સૌન્દર્ય જોવાજણવાની દૃષ્ટિ હોય, સાથે સાથે 'સત્ય શિવ સુન્દરમ્' એ જ કવાનો આદર્શ છે, તે આદર્શની સિદ્ધિ માટે તપશ્ચર્યાથી જીવને કર્યુ હોય, આટલું હોય તો આજનો યુવાન યુનાનીને શોભાનશે યુનાનો કનાલિમુખ થતા જાય છે એમ ધણા કહે છે અને કલાના સ્નિગ્ધ ફલક ઉપર પગ જવદી લપસે પશુ છે, પરંતુ સાચી કના સાચા જીવનમાથી જ સાપડે છે એ વાત કદી ન બુનાવી જોઈએ સાચા જીવનની દૃષ્ટિ આનશે ત્યારે સૌન્દર્ય શોધવા નહિ જવું પડે ઈશ્વર એ દિન જલદીથી લાવે!



## ૧૭ : કાયસંપત

કૃત્તિવૃણુગુરુ કાલિદાસે રઘુચરણી શરુઆતમા દિલીપ રાજનું દિલચમ્પ વર્ણન કર્યું છે. આ વર્ણન વાંચ્યા પછીથી આ લેખ લખવા પ્રવૃત્ત થયો છું. આ રહું એ વર્ણન :—

ધૃત્દોરસ્કો વૃષસ્કન્ધઃ શાલગ્રાંથુઃ મહારુજઃ ।  
 આત્મકર્મક્ષમં દેહં ક્ષાત્રો ધર્મ ઇયાધિતઃ ॥  
 સર્વાંતિરિક્તસારેણ સર્વતેજોભિઞ્ઞાચિના ।  
 સ્થિતઃ સર્વોન્નતેનોર્યો ક્રાન્ત્યા મેરુરિવાત્મના ॥  
 આકારસદૃશઃ પ્રજ્ઞઃ પ્રજ્ઞયા સદૃશાગમઃ ।  
 આગમૈઃ સદૃશારમ્ભઃ આરમ્ભસદૃશોદયઃ ॥

દિલીપની છાતી પહોળી અને ફૂલેલી હતી-વશ્તુસ્થલ વિશાળ હતું, ખલાનો ભાગ સાંઠની કાંધ જેવો ઉન્નત હતો, ઈઆર્ધ શાલ-વૃક્ષ ( હિમાલયમાં આ ગગનચુંબી વૃક્ષો થાય છે. ) જેવી હતી, એના હાથ લાંબા-આગનખાફ-ધૂંટણ સુધી પહોંચે એવા લાંબા હતા. કવિ કહે છે કે જાણે ક્ષાત્રધર્મ પોતાને અનુરૂપ દેહ ધારણ કરીને ધરતી ઉપર અવતીર્ણ થયો છે.

રાજના દેહસૌખ્યવના વર્ણન માટે આ એક જ શ્લોક પૂરતો છે; પરંતુ કાલિદાસને આટલાથી સંતોષ નથી. સાક્ષાત્ ક્ષાત્રધર્મ 'આત્મકર્મક્ષમં દેહં' ધારણ કરીને પૃથ્વી પર અવતર્યો છે. આટલું વાક્ય જ દિલીપના વર્ણન માટે બસ હતું. પરંતુ કાલિદાસની આર્ષ દષ્ટિને આટલાથી સંતોષ નથી થતો. એ તો બાલ્યરૂપનું વર્ણન થયું. કવિએ રહીયે બાલ્યરૂપની પ્રશંસા નથી કરી. રૂપ અને લાવણ્ય વચ્ચેનું પાથકય પૃથગ્જનો બાલ્યતા નથી પરંતુ કાલિદાસની પ્રત્યેક કૃતિમાં આ બે વચ્ચેનું પાથકય સ્પષ્ટ તરી આવે છે. રૂપને કવિ તિરસ્કારતા નથી, સન્માને છે, પરંતુ લાવણ્ય વિનાના રૂપ ઉપર

કવિને પ્રીતિ નથી. આ બતાવવા માટે જ દિલીપના વર્ણનને કવિ આગળ ચલાવે છે :

“ એ સર્વથી અધિક બલવાન હતા, સર્વથી અધિક તેજસ્વી અર્થાત્ પોતાના તેજથી અન્યના તેજોનો પરાલવ કરનાર હતા. એ સૌથી વધુ જિંયા હતા, અને શરીરના એવા ઉત્કર્ષ બદલ સારીયે પૃથ્વીને આકાન્ત કરીને મેરુ જેવો રાજ્ય લબ્ય લાગતો હતો. ”

પરંતુ જિંયાં તો જિંટાયે હોય છે. ઘણા જિંયા મનુષ્યો મૂર્ખ હોય છે. ‘બહુ લંબે સો બહુ મૂર્ખ’ એવી કહેવત પણ સમાજમાં પ્રચલિત છે. બહુ જિંઆઈએ કંઈ અસાધારણ ગુણ ન ગણાય. કાલિદાસ જેવા કવિની મનુષ્યશરીર તરફની દષ્ટિ હંમેશાં સૂક્ષ્મ-નિમૃદ્ધ રહેલી જણાય છે. બાહ્ય સૌન્દર્યને કવિએ કદી વખાણ્યું નથી. દિલીપની જિંઆઈ-શાલવદ્ધ જેવી પ્રચંડતા-કવિને પ્રિય છે પરંતુ એટલાથી આદર્શ શરીર-રૂપનું વર્ણન સમાપ્ત ન જ થઈ શકે. કવિ આગળ વધે છે:—

“ જેવું એમનું શરીર હતું તેવી જ તેમની બુદ્ધિ હતી. જેવો આકાર હતો તેવી જ પ્રમા હતી. જેવી બુદ્ધિ હતી તેવું જ શાસ્ત્રગાન હતું. જેવું ઉત્કૃષ્ટ શાસ્ત્રગાન હતું તેવું જ અવદાત ચરિત્ર હતું. જેવું એમનું ચરિત્ર હતું તેવું જ એમનું મુલગ ઉત્થાન હતું. ”

કવિ વર્ણન કરે છે દિલીપનું; પરંતુ ખરી રીતે આદર્શ શરીર કેવાં હોવાં જોઈએ એ બતાવવા માટે કાલિદાસે આ વર્ણન આપ્યું છે. શરીરસૌન્દર્યનો આદર્શ બતાવવાનો કવિનો મનસૂઓ છે એમ કું માનું છું.

બુદ્ધિ વગરનું પડછંદ શરીર આંખને કે મનને ગમતું નથી. શરીર સિવાયની બુદ્ધિ કદીયે માનને પાત્ર બની નથી. શરીર અને બુદ્ધિ બન્ને લાગે હોય પરંતુ “ સર્વાતિરિક્તસાર ”—સૌથી અધિક બલ અને સૌથી અધિક તેજસ્વિતા—“ સર્વત્તેજોઽભિનાવિના ”



વિના તે પણ ગમતા નથી. શરીર, બુદ્ધિ, યોગસ આ ત્રણેયનો સયોગ પણ કવિની સૌન્દર્યવિપાસાને શાત કરતો નથી. કમ્પક હજી વધુની જરૂર કવિને લાગે છે અને તે છે શાસ્ત્ર-ગાન અને આરિત્ર. બુદ્ધિ હોય છતાંય તે અણુખેડાએવી હોય, વિશાળ વાચન ન હોય તો તે બુદ્ધિ માટે માન ઉત્પન્ન થતું નથી. જેવી બુદ્ધિ તેણે જ શાસ્ત્રગાન ( પ્રગયા મદશાગમ ) આનસ્થક છે. અને આ બધું હોય ને આરિત્ર ન હોય તો ? એ શરીરસૌન્દર્ય કવિનો વિષય ન બને. બુદ્ધિ સાથે શાસ્ત્રગાન, શાસ્ત્રગાન સાથે અવદાત આરિત્ર-સૌન્દર્ય કાવ્યની કડીમા ખૂટતો આ છેલ્લો મથકો છે. કવિએ આ વર્ણુનથી ખરેખર કમાલ કરી છે એમ મને લાગે છે. દિલીપને વર્ણુવી કાલિદાસે ખરેખર આદર્શ શરીર-સૌન્દર્યને જ વર્ણુવ્યું છે એમ મને લાગે છે.

સંસ્કૃત સાહિત્યમા ધણી જગોએ સુદર પુરુષના લક્ષણો અને વર્ણુનો નજરે ચડે છે પરંતુ આ વર્ણુનમા કવિએ જે સંભાર લયો છે તે એ મહાકવિને જાજે એવો જ છે ધણી કવિઓએ 'કનકગિરિ સિવાસમાનન્દક', 'રથેનનાસ' 'દિરદપતિહનુઃ' દીર્ધવિમ્લિષ્ટકેશઃ " ઇત્યાદિ મોહક પુરુષશરીર-દર્શન કરાવ્યા છે પરંતુ કાલિદાસે આદર્શ પુરુષસૌન્દર્યદર્શન કરાવી લાય ધોષ નાખ્યા છે એમ મને લાગ્યા જ કરે છે.

શરીર, ઇન્દ્રિય, સત્ત્વ અને આત્મા-આ ચારેયના સયોગને ચરકે જીવન ગણાવ્યું છે કાલિદાસે પણ રૂપ, લાવણ્ય, બળ, વજ્જ સંહનનત્વ આ ચારેયને શરીરસંપત્તિ માટે આનસ્થક લેખ્યાં છે. પોતજલ યોગસૂત્રમા યોગ્ય જ કહ્યું છે —

"રૂપલાવણ્યબલવજ્જસંહનનત્વાનિ કાયસમ્પત્તિઃ"

રૂપ, લાવણ્ય, બળ અને વજ્જ સંહનનત્વ-આચારને કાયમંપત્તિ તરીકે ગણાવ્યા છે. ચારમાથી એક પણ ઊણું હોય તો તેટલે અરો

કાયસંપત્તિ ઓછી-અધૂરી. કાલિદાસે દિલીપના વર્ણનમાં આ ચારેયનો સુલભ સંયોગ આપણને દર્શાવ્યો છે. વ્યૂદોરચ્કઃ વૃષસ્કંધ, શાલપ્રાંશુ, મહાશુજઃ— આ ૩૫ દર્શાવે છે.

(લાવણ્ય માટે શુજરાતીમાં ખાસ શબ્દ નથી. લવણ્ય જેમ પાણીમાં મળી જાય છે તેમ ખરું લાવણ્ય આપણને એકદમ ગમી જાય છે. તે આપણી સાથે ઓતપ્રેમન થઈ જાય છે. લાવણ્ય એ આત્માનો શુભ છે. ૩૫ સ્થૂલ છે, external form છે, બ્યારે લાવણ્ય internal beauty આત્માનું સૌન્દર્ય છે. એમાં બુદ્ધિ, જ્ઞાન, ચારિત્ર્ય અને બીજું ઘણું આવી જાય છે. ઉદાત્ત ભાવોના સંયોગ વિના લાવણ્ય નિષ્પન્ન થઈ જ ન શકે.) Beauty is not skin-deep—ગોરી આમડી એ કંઈ સૌન્દર્ય ન કહેવાય. ઘણાંયે ગોરાં સ્ત્રી-પુરુષો મને કફરોં લાગે છે. કોઈને વાત કરતાં નથી આવડતી, કોઈને બોલતાં નથી આવડતું, કોઈને ચાલતાં નથી આવડતું, કોઈની રીતભાત અનાકર્ષક હોય છે, કોઈને સાહિત્યકલામાં રસ નથી હોતો તો કોઈ વેદાધ્યાસમાં જડ જેવા જણાય છે. લાવણ્યને મોતીના પાણી સાથે સરખાવવામાં આવ્યું છે એ યોગ્ય જ છે. શુભ્રતા એ મોતીનું ૩૫ ખરું પણ એમાં જે પાણી છે તે જ એનું લાવણ્ય છે. પાણી સિવાયનું મોતી ધોણું જરૂર લાગે પણ એની કિંમત શી? આ જ પ્રમાણે લાવણ્ય એ અનેક ઉદાત્ત ભાવોના સંયોગ ઉપર નિર્ભર છે. પ્રણા, આગમ, આરંભ અને ઉદય—આ ચાર શબ્દોથી કાલિદાસે લાવણ્યનો ખ્યાલ આપણને આપ્યો છે.

અને સર્વોત્તરિક્રિતસાર, સર્વતેજોભિભાવિના ચી આપણને એના અલનો! ખ્યાલ આપ્યો છે, અને બધા ઉપરાંત પતંજલિએ જેને ‘વજ્રસંહનનત્વ’ કહ્યું છે એ મેરુની ઉપમા આપીને આપણને દર્શાવ્યું છે. બદાશુર ભીમના શરીર ઉપર મુક્તા મારે, એના ગિરિદંદરાઓનાં પડધા પડે પરંતુ ભીમનું રૂંવાડું બિથું ન થાય તદ્દન બેદિકર રીતે

ખાધા જ કરે. આ શરીરકાદિન્ય ને વજ્રસંહનનત્વ. બલ એક ચીજ છે ત્યારે આ કાદિન્ય ખીજ વસ્તુ છે. બલ હોય પણ ખખડધજપણું ન પણ હોય. જેમ સ્વાસ્થ્ય અને બલ એ લિન્ન છે તેમ બલ અને વજ્રસંહનનત્વ પણ લિન્ન છે. જરાસંધ અને ભીમની કુસ્તીના વર્ણનમા મહાભારતકારે શરીરકાદિન્યનો દૃઢપણ ચિતાર આપ્યો છે. અખાડાઓમાં જે "લુધવારી" ખેલાય છે તે આ સંહનનત્વપ્રાપ્તિ માટે જ. ડા, લાવણ્ય, બલ અને વજ્રસંહનનત્વ-આ ચારેયના સંયોગથી કાયસંપત-શરીરસંપત્તિ નિપન્ન થાય છે. શરીરસંપત્તિમાં આ ચારેયનો સમાવેશ કરનાર આપણા આચાર્યો માટે આપણને માન ઉપજ્યા વિના રહેતું નથી.

શરીર અને બુદ્ધિ બન્નેના આદર્શ વિદ્યાસમાં જ કાલિદાસે પુરુષનું દેહસૌન્દર્ય કલ્પ્યું છે.

શરીર અને બુદ્ધિ એ બન્ને ધણે અંશે વારસમાંથી જ પ્રાપ્ત થાય છે. અનેક પ્રયત્નો કરવા છતાંય બધા સેન્ડો કે રામમૂર્તિ ન જ થઈ શકે. રાતદિવસ વાંચ્યા કરે તોય બધા અરવિન્દ કે રામા-કૃષ્ણનું ન જ થઈ શકે. શરીર અને બુદ્ધિ બન્ને વંશાનુગત અર્થાત વારસા ઉપર જ નિર્ભર છે. પુરુષના શરીરની અલિવૃદ્ધિ માતૃપિતાના શરીરો અનુસાર જ થાય છે. જિંયાં માતૃપિતાનાં સંતાનો જિંયાં જ હોય છે, હીંગણાં માતૃપિતાનાં સંતાનો બહુધા હીંગણાં જ હોય છે. જિંચાઈ વધારવા या હીંગણાપણું નિવારવા માટે લગ્ન વખતે વર-પક્ષ અને કન્યાપક્ષનાં માતૃપિતા અને તેના કુટુંબપરિવારનો અભ્યાસ કરી યોગ્ય જિંચાઈ જોવાની જરૂર છે. પિતાની જિંચાઈ અને માતાના હીંગણાપણાથી જે સંતાનો થાય છે તેમાં યોગ્યકે જિંયાં અને ખીજાં હીંગણાં થાય છે. જેડલ નામના વિદ્વાનના પ્રયોગો આ બાબતમાં વિચારવા યોગ્ય છે. એ અર્થવાનું આ સ્થાન નથી.

પરંતુ વારસાના ચાંલલા ઉપર જ બધા દાથો લૂછવાની જરૂર

નથી. વારસા પછી ખોરાક અગત્યનો ભાગ લગ્ન છે. સારો ખોરાક ખાવાથી જિંદગી પ્રાપ્ત કરી સકાય છે. જપાનની પ્રજાનો આહાર સુધાર્પાથી તેની એકંદર જિંદગી પહેલા કરતાં ટીકડીક વધવા પામી છે. બચપણમાંથી જ બાળકોને સારો પુષ્ટિકારક ખોરાક મળે, સગર્ભાવસ્થામાં માતાઓને સારો ખોરાક મળે તો બાળકોની જિંદગી જરૂર વધે. જિંદગી વધારવા માટે ખાસ આહાર તો નથી જ, અલખત, યુક્ત આહાર (Balanced diet) શરીરનો સર્વાંગી વિકાસ સાધે જ એમાં સંદેહ નથી જ. ધણીયે વખત મને ‘જિંદગી વધારવા કયો ખોરાક ખાવો જોઈએ?’ એ પ્રશ્ન પૂછવામાં આવ્યો છે. પરંતુ જેમ શુદ્ધિ વધારવા માટે કેઈ ખાસ Brain food નથી તેમ જિંદગી વધારવા માટે પણ કેઈ ખાસ ખોરાક નથી. ડેશિયમ, ફોસ્ફરસ, લોહ અને બીજા ક્ષારો યોગ્ય પ્રમાણમાં જે ખોરાકમાં આવતા હોય તેવો ખોરાક-યુક્ત આહાર-જિંદગી જરૂર વધારવામાં સહાય કરે.

અમુક પ્રકારની કસરતો જિંદગી વધારવામાં જરૂર સહાય કરે છે. સિંગલ ખાર, પેરેલસ બાસ્, આસનો (તાડાસન, ઇત્યાદિ) વગેરે પદ્ધતિસર કરવાથી તેમ જ યોગ્ય આહાર લેવાથી જિંદગીમાં જરૂર ફેર પડે છે. જિંદગી વધારવા માટે કસરતો ઉપર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. ગૂજરાતના યુવાનો કાયસંપત વધારવા ઇચ્છતા હોય તો ૩૫, લાવણ્ય, બલ અને વજનસંહનનત્વની ઉપાસના કરે.



## ૧૮ : વ્યાયામ અને આરોગ્ય

ભાઈઓ અને બહેનો !

તમે સૌને મળતા આજે મને અપૂર્વ આનંદ થાય છે ટૂંક-સમયમાં ઘણું શીખવા માટે, તમે સૌ ઉનાળાના આવા પ્રખર તાપમાં આ વ્યાયામવર્ગમાં ભેગા થઈ તપશ્ચર્યા કરી રહ્યા છો એ જોઈ હું આનંદ અનુભવું છું. દેશની પરિસ્થિતિ એવી છે કે આપણને શિયાળો કે ઉનાળો નેવાનું પગલું એમ નથી ટૂંક વખતમાં ઘણું ભેગું કરી લઈ સાગ વર્ષ માટે લાથું બાંધી જવા તમે અહીં આવ્યા છો. તમે અહીંથી વ્યાયામના સંસ્કારખીજ લઈ જાને ન્યા ન્યા તમે વસતા હો ત્યા ત્યા એને વાવજો, ધૈર્ય અને રોહથી સિંચજો, મોટા વૃક્ષો બનાવજો. તમારામાંથી પ્રત્યેક વ્યક્તિ વ્યાયામ-સંસ્કાર-વાહક બને એવી મારી અભિલાષ તમારી સમક્ષ, હું તમારામાં જ એક હોવાથી, વ્યક્ત કરું છું.

તમે અહીં દંડ, ખેરક, મલખાલ, લાડી, લકડી, કેલેરથેનિક્સ વગેરે શીખો છો. આ બધાથી તમારો દેહ દૃઢ થાય છે. આ વ્યાયામના પ્રતાપે તમારામાં ખડતલપણ આવે છે, તમારામાં આત્મ-વિશ્વાસ પ્રગટે છે, તમારા શરીર બેડોળ મટી સુડોળ થાય છે, વેગીલા અને ઘડિયાળની કમાન જેવા ચપળ બને છે. વ્યાયામથી જો આટલું સાધ્ય ન થાય તો તે વ્યાયામ દૂષિત છે.

પરંતુ આજે હું તમને દંડબેદક કે કુસ્તી ઉપર કંઈ કહેવા નથી માગતો હું તો તમને આરોગ્ય અને બળ ઉપર કંઈ કહેવા માગું છું. આરોગ્ય એ દુરાગમ્ય દેવતા છે આરોગ્યની દેવી સાધારણ તપશ્ચર્યાથી રીઝતી નથી. તમારે આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવું હોય તો તપશ્ચર્યા કરવી પડે અને આવી તપશ્ચર્યાનું આવા વ્યાયામવર્ગો એક અંગ માત્ર છે. બળ અને આરોગ્ય બંને લિન્ન વસ્તુઓ છે.

બળવાન માણસ-મદ્દ-આરોગ્યનો નમૂનો ન પણ હોય. આ બન્નેનો સમન્વય સધાય તો જીવન રસમય બને.

તગડા યુવું એ વ્યાયામનો આદર્શ નથી. અલગત તગડા થવામાં નાનમ છે જ નહિ. આપણે તગડા તો યુવું જ છે પરંતુ મારા કહેવાનો ભાવ એ છે કે શરીર લઘુપદ્ધતિ બનાવવું એ, આપણો આદર્શ નથી આપણો આદર્શ તો વ્યાયામથી ઘડાયેલાં સુઘટ માંસલ શરીરો—કમાન જેવાં હલકાં અને ચપલ શરીરો—છે અને આ શરીરો એવા ખડતલ હોવાં જોઈએ કે આપણે વખત આવે, વીસ કલાક પલાંડી વાળીને લખ્યા કરીએ કે વાંચ્યા કરીએ કે ચાલ્યા કરીએ. ટૂંકમાં કહું તો, શાસ્ત્ર અને શસ્ત્ર-બન્નેમાં આપણો પ્રવેશ, આજના તબક્કે આવશ્યક છે.

રાષ્ટ્રનો વિચાર આપણે કરવાનો છે. ગુજરાત, વ્યાયામ પ્રચાર મંડળનો હેતુ રાષ્ટ્રનો છે. રાષ્ટ્ર એટલે શું? રાજસે इति राष्ट्रम् અર્થાત્ તેજસ્વિતા એ જ રાષ્ટ્ર છે. આપણામાં તેજસ્વિતા પ્રગટે, આપણી આંખોનો સીનો ફરી જાય આપણને જોઈને જ ગુંડાઓના સાંધા ગગડી જાય, ગુડાઓ ગુંડાગીરી કરતાં કંપી ઊઠે—આ જો આપણે ન સાધી શકીએ તો પછી આ પરિશ્રમનો કંઈ અર્થ છે ખરો? આજ ચોતરફ ગુડાગીરી વ્યાપી રહી છે. ગામઠેગામઠે બહાદુરો હાહાકાર બતાવી રહ્યા છે. અન્યાય અને પ્રપંચ જોતાં જો આપણી આંખ લાલ ન થાય અને આપણા હાથમાં ચળ ન આવે, આપણો ઘાંટો ગંભીર ન થાય તો પછી તમડાં શરીર શા કામનાં? આપણાં શરીર રાષ્ટ્રઘડતરમાં મદદરૂપ થાય એ જ આપણી તો ભાવના છે.

ચોતરફ ભયનું સામ્રાજ્ય પ્રવર્તી રહ્યું છે. એક દાદો સારાયે ખામને ધ્રુગવી રહ્યો છે. ખૂન થાય છે છતાંય તે દાદા સામે થવાની, સહી સહનથી ટેકવિનાં હાથ નથી. આ કાચરતા મુખેરી તાખ્યા

સિવાય છૂટકો નથી આવા વ્યાયામવર્ગોમાં આવનાર સૌને હું નીડર અને બળવાન થવા અનુરોધ કરું છું તમે જ્યાં જાઓ ત્યાં અભય પ્રવર્તો.

ગીતાના ૧૬મા અધ્યાયમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ દેવી અને આશુરી સપત્તિના લક્ષણો ગણાવે છે દેવી સપત્તિનું પ્રથમ સોપાન શ્રીકૃષ્ણે “અમય” ગણાવ્યું છે ગીતા ઉઝાડીને જોઈને, જેનામાં અમયત્વ નથી તે ધર્મનું આચરણ શું કરી શકે? આમી વિવેકાનંદને એક પ્રસંગે કોઈએ પ્રશ્ન પૂછ્યો, “તમારા ધર્મનો સાર શો?” એ પ્રતાપી મહાપુરુષે ઉત્તર આપેલો “The essence of my religion is strength—મારા ધર્મનો સાર બળની ઉપાસના છે” ઉપ નિષદે કહે છે કે ચલમુપાસ્ય। વિવેકાનંદ તો કહેતા કે મને ફક્ત હિંદમાથી એવા ડઝન યુવાનો આપો જેમની માસપેશીઓ લોખંડની હોય અને મગજ પોલાદનું હોય મને આવા બાર યુવાનો આપો અને હું દેશીની સિક્કા ફેરવી નાખીશ આપણી માસપેશીઓ લોખંડની હોવી જોઈએ અને મગજમાં ચાનતત્ત્વો પોલાદ જેવા કઠન હોવા જોઈએ જે વિશ્વમાં આજે આપણે મુકાયેલા હોઈએ તે વિશ્વમાં શરીર અને મગજ બન્નેનો સંપૂર્ણ વિકાસ સાધ્યા સિવાય આપણો જયવારો નથી.

પરંતુ અભયત્વ એ કેવળ શરીરથી જ નહિ પમાય—એ તો આત્માનો ગુણ છે જીવન એ સરળ લીની નથી પરંતુ અટપટો રસ્તો છે શરીર, ઇન્દ્રિય, મન અને આત્મા—આ ચારનો સંયોગ એતુ નામ જીવન ઇન્દ્રિયોનો સ્વામી મન છે મન અને આત્મા વિના એમ્લા શરીરનો વિચાર જ કેમ થઈ શકે? એટલે એકના શરીરનો નહિ પણ મગજ અને આત્માનો વિકાસ પણ સાધવો જ પડશે શરીર અને મન, બળ અને આરોગ્ય શાસ્ત્ર અને શસ્ત્ર હિલચાલ ઔષધિ, અભયત્વ અને તેજસ્વિતા આ આપણો આદર્શ છે.

અત્યારે ચારે દિશામાંથી અનેક જાતના સારામાદા પ્રવાહો આપણા દેશમાં આવી રહ્યા છે. અનેક જાતના વાદોના અવાજો આપણા કાન ઉપર અચડાઈ રહ્યા છે, બધું ખળભળા બિંદુ છે. 'નવી નીતિ' પણ વિચારવી પડશે આ બધાં ધમસાણામાંથી જો મદને છાનો એવી રીતે પસાર થવું હશે તો વિવેકશક્તિ ખીલવવી પડશે. બુદ્ધિના વિકાસ વગર સારાનરસાનો ભેદ-વિવેક નહિ પારખી શકાય. આર્થોએ તો બુદ્ધિ ઉપર ખૂબ જ ભાર મૂક્યો છે. આપણો ગાયત્રી મંત્ર જ લો-ઘિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ । હે પરમાત્મા ! તું અમારી બુદ્ધિને ત્રેર. ખીજ એક કષિ પ્રાપ્ત છે કે સ નો શુભયા યુદ્ધયા સંયુનક્તુ । હે પરમાત્મા ! તું અમને શુભ બુદ્ધિથી યુક્ત કર. બુદ્ધિનું સ્થાન જીવનમાં અનોખું છે. બુદ્ધિ સિવાય વિવેકશક્તિ સંભવે જ નહિ. સત્સંગ, સારાં પુસ્તકોના પરિચય, — આત્મોપદેશમાં વિશ્વાસ, — આ બધાં બુદ્ધિવિકાસનાં પોષક છે. ખૂબ વાંચો, ખૂબ વિચારો, સારું વિશ્વ નિકટ આવતું જાય છે. આવે વખતે દેશપરદેશની સંસ્કૃતિઓનો અભ્યાસ, તેમના સાહિત્ય અને સંસ્કારોનો પરિચય, તે બધા ઉપર નિદિધ્યાસન કરો. આમાથી આપણી સંસ્કૃતિને ઓપ આપવો પડશે.

આપણી સંસ્કૃતિ શી ? ભારતીય સંસ્કૃતિનો પ્રાણ Realization of Soul આત્માર્ન વિદ્ધિ । છે. આ મધ્ય બિંદુમાંથી જ બધી ત્રિભુજાઓ નીકળેલી છે. સકલશાસ્ત્રપ્રાણનું પ્રયોજન આ. આપણી સંસ્કૃતિથી શરમાવાનું ધગારેય કારણ નથી. બિલકુલ, કું તો માનું છું કે ભારતીય સંસ્કૃતિ માટે પ્રત્યેક હિંદુએ ગર્વ લેવો જોઈએ. સંસ્કૃતિના સર્જન માટે આપણા અનેક જાતના પ્રયાસો છે. આવા વ્યાયામવર્ગો એ આવા પ્રયાસોમાનો એક અલ્પ પ્રયાસ છે.

શુજાત વ્યાયામ પ્રચાર મંડળના આ પ્રયાસ કેવળ તગડાઓ ધડવા માટે નથી, પરંતુ સરીર, મન, બુદ્ધિ, આત્મા—આ બધાનો



વિકાસ સાધી, હિંચ જીવનની અભીક્ષા સિદ્ધ કરવાનો છે. વિદ્યાર્થીઓ પાસે દષ્ટિ હોવી જોઈએ.

આપણા અખ્યાતઓના વિદ્યાર્થીઓના મુખમાં 'શરીરમાઘં સ્વલ્પ ધર્મસાધનમ્ ।' એ વાક્ય સ્મી રહેલું હોય છે. હું તમોને આ વાક્યનો પૂર્વાપર સંબંધ કહું તો અરથાને નહિ લેખાય. મહાકવિ કાલિદાસના કુમારસંભવ નામના કાવ્યમાં આ વાક્ય શિવજીના મુખમાં કવિએ મૂક્યું છે. પરંતુ આ સૂત્ર એ આત્મતિક સત્ય નથી. ગૌરીની કસોટી કરતી વખતે હિંચારાપેતું આ વાક્ય છે. ગૌરી પોતાના અપ્રતિમ લાવણ્ય માટે મગગર હતી. તે વખતે શિવનું સ્થાન પણ સમાજમાં હિંચ ગણાતું હતું. પાર્વતીને લાગ્યું હતું કે આવા અપ્રતિમ લાવણ્યથી શિવને વશ કરવામાં શી વાર છે ? પરંતુ ગૌરી એમની એ ધારણામાં છેતરાયા. છેવટે ગૌરીએ કામની સહાય લીધી. કથા સુપરિચિત છે. શિવે કામદેવને બાળાને ભરમ કર્યો. પાર્વતીએ પોતાના રૂપને નિંદુ. મહાકવિ કહે છે કે:—

નિનિમ્ન રૂપં હૃદયેન પાર્વતી  
પ્રિયેષુ સૌમાન્યફલાદિ ચારતા ।  
ઈયેષ સા કર્તુમવન્ધરૂપતા  
સમાધિમાસ્થાય તપોભિરાત્મનઃ ॥

પાર્વતીએ પોતાનું રૂપ નિંદુ—સૌભાગ્ય ફળ પ્રાપ્ત ન કરાવે એ ચારુતા એમણે બ્યર્થ માની; આથી એમણે તપ આદરી, સમાધિસ્થ થવાનું ધાર્યું. લીધણ તપનો પ્રારંભ થયો. શિવજીને આ વાતની જાણ થઈ. જે શિવ પહેલાં લાવણ્યનિધિ ગૌરીની સામું પણ ભાળતા નહિ તે શિવ પોતે ત્યાં જાય છે, કસોટી કરે છે 'અરે ગૌરી ! ક્યાં તારું આ સુકોમળ શરીર અને ક્યાં આ લીધણ તપ ! ધર્મનું પ્રથમ સાધન તો શરીર છે. શરીરને સૂકવી નાખી તું શું સિદ્ધ કરવા માગે છે ?' છતાં ગૌરી ડગતી નથી. શિવ પોતે પોતાની

જનતને પ્રકટ કરે છે અને ગૌરીના હાથની માંગણી કરે છે. અને આવાં આત્માનાં લગ્નોનો પરિપાક સંહસ્રવીર્ય હોય. મહાકવિની આર્થ દષ્ટિ ઉત્તમ લગ્નોનો પરિપાક કેવો હોય તે બતાવવાની છે. પશ્ચિમનો કવિ હોતો તો ગૌરી—શિવનો હસ્તમેલાપ કરાવીને જ પડદો પાડી દેત. પરંતુ કાલિદાસ ભારતનો મહાકવિ છે. એ આપણને શિવપાર્વતીની કેલિકલાઓ બતાવે છે—તેમનો શયનખંડ પણ બતાવે છે. ધણા માને છે કે સંસ્કૃત સાહિત્યમાં શૃંગાર બહુ છે. શૃંગારને ધિક્કારવાની શી જરૂર છે? શૃંગાર એ એક અનોખું શાસ્ત્ર છે. જે ભોગ પિછાનતો નથી તે યોગનું શું જાણશે? ભોગથી દૂર ભાગવામાં નહિ પરંતુ ભોગમાંના વિદૂત સ્વરૂપને નિર્મળ અને શિષ્ય (Sublime) બનાવવામાં આર્યોએ ગૌરવ માન્યું છે. ત્યાગેનું મુંજીયાનું (Enjoy through Renunciation) આ અપણું આદર્શ છે. ખાઓ, પીઓ, લમ કરો, ભોગ ભોગવો પરંતુ આસક્તિ ન રાખો, નિર્લેપ રહેવો મથો—આ આવશ્યક છે, ભોગ એ રોગનું મૂળ નથી પરંતુ આસક્તિ એ રોગનું કારણ છે.

મેં તમારો ઘણો સમય લીધો છે: ગુજરાતને અને હિંદને ન બૂલશો—શરીર કેળવો અને કસો, એવાં શરીરો બનાવો કે તમારો સીનો જેતાં જ દુબેટો થયરી જાય. ગુજરાતે કાયરતા ખંખેરી નાખવી જોઈએ. આં તપશ્ચર્યાનો યુગ છે. શરીર ઘડો, મનને કેળવો—અવિદ્યાનંત પરિશ્રમ કરો. આપણા પતિત સમાજને ઉઠાડવો હોય તો પ્રથમ આપણે આપણી જનતને ઉઠાડવી પડશે. તમે પોતે માયદાંગલા અને નિસ્તેજ હશે તો તમે બીજાને શું ઉઠાડવાના છો? લોખંડી સ્નાયુઓ અને પોલાદનાં મગજો વિના હિંદના યુવાનોને નહિ પાલવે. જે દારુણ સમયમાં આપણે મુકાયેલા છીએ અને હજી આથીયે દારુણ સમય આવી રહ્યો છે તે સમયમાંથી આપણે આપણી જીવનનૌકા સ્થિર ચિત્તે હંકારવી છે. તોફાન વચ્ચે શાંતિ જોઈશે. ચોંતરેલાં નૌકાને કુદપાટ આપણી શાંતિનાં મહેલ રહેશે.

પુરા ન્યારે અરણ્યોમાં આદિમાનવ ધુમતો  
 ફળો તોડી વડુડાળે ચક્રી ઉદર પૂરતો.  
 ઝડપે લોહપંખાથી ચૂર્ણતો વજ્રદંડથી  
 કોઈ કિન્તુ ફળો લાખ્યાં અનાયાસે ન હાટિયાં.  
 ભુભુક્ષા જહરે પીડે સૂઝી આન્યું જ એટલે  
 માર્ગમાં અટવાતો કે પથરો લઈ લાંબીને  
 ફળો ખાધાં, અને ન્યારા આનંદે ઉર નાચિયું.  
 એ આનંદે સૂઝી વાતો નવી નવી કમે કમે,  
 સંસ્કૃત્ય પરાયાથી કરવા આત્મનું, કરે  
 જાણે કે કાષ્ટજાળો બન્યો બદકમદાર રો !  
 હાથને વીંઝતો રક્ષા કરે આત્માની, વા પથે  
 પથરો જે પડ્યા વીણી ફંગોળે મસ્ત થઈ ફરે.  
 મળ્યું આ કરનું ન્યારું કીડનક પ્રમુગ્ધને  
 ખેલી એથી યથાકાલે પામ્યો વૈદગ્ધ્ય દોલકું.  
 અને કીધો કરવતો પશુને—કીધ માનવી—  
 કરે કીધો બુદ્ધિવન્તો, બુદ્ધિએ સંસ્કૃતિવતો,  
 સંસ્કૃતિએ કીધો દેવ, ચતુષ્પદ હતો જ જે  
 પ્રગતિ અશુભ્રલી આ હસ્તમૂઝાઝ બુધો લહે.

સુશ્રુતે આથી હજારો યંત્રમાં હાથને સૌથી શ્રેષ્ઠ યંત્ર ઠહું  
 છે. 'યન્ત્રેષુ હસ્તં પ્રધાનમ્।' ભાતભાતનાં યંત્રો માનવે આજે  
 બનાવ્યાં છે પરંતુ એ ચલાવનાર હાથમાં કોઈ અદ્ભુત વિશ્લેષણતા  
 લાગે છે. હાથ સર્જના અને સંસ્કૃતિનું પ્રભાત થયું. વાલ્મીકિએ  
 રામાયણ, વ્યાસે મહાભારત, કૃષિશ્રુતિઓએ ઉપનિષદો, શેકસપિયરે  
 હેમ્લેટ, કાલિદાસે શાકુન્તલ, ભવભૂતિએ ઉત્તરામચરિત, વગેરે આ  
 હાથ વડે સર્જ્યાં. ઈશ્વરે મનુષ્ય ઘડીને ચોતાની દિવ્યતાને  
 શ્રુમિ ઉપર નીચે ઉતારેલી છે. હાથનો આ અહિમા સહજ નિર્દોષોથી  
 ગાયો ગવાય એવો નથી.

‘મેન ધી અનનોન’-(અજ્ઞાત માનવ)-પુસ્તકનું નામ લેણુંએ સાંભળ્યું હશે. આ પુસ્તકના લેખક અમેરિકાના ટ્રેન્ડસરજન છે. એમનું નામ ડૉ. એલેક્સિસ કેરેલ છે. વૈદ્યકીય ક્ષેત્રમાં અવનવા અખતરાઓ માટે લેખકને નોબેલ પારિતોષક મળ્યું છે. આ રસ-સરપૂર અન્ય વાંચતાં આપણને અપૂર્વ આનન્દ આવે છે. ન્યારે આમાંથી ‘હાય’નું કાવ્યમય વર્ણન વાંચ્યું ત્યારે પણ મને અવર્ણનીય આનન્દ થયો. વાંચકોને મારા રસમાં ભાગીદાર બનાવું છું. આ રસો એ મહાન લેખકના શબ્દો :

“હાય એ તો અદ્ભુત-અપૂર્વ કારીગરીનો નમુનો છે. એક જ સાથે એ સંવેદનાઓ-ભિન્નિઓ અનુભવી શકે છે તેમ સ્થૂળ કાર્યો પણ કરી જાણે છે. હાયને જાણે આંખો હોય અને તે બધું જોઈ શકતો હોય એમ તે અપૂર્વ ત્રીણવટથી કામ કરી જાણે છે. એની ઉપર જે ચામડી છે તેની અદ્ભુતતા પણ તેટલી જ અપૂર્વ છે. એની સ્પર્શગ્રાહિતા, એની માંસપેશીઓ, એનાં અસ્થિઓ,—આ બંધાને લઈને હાય ઝોળરો અને સસ્તો બનને બનાવી શકે છે. આપણે આજે પ્રકૃતિ ઉપર જે વિજય પ્રાપ્ત કર્યો છે—જે પ્રભુત્વ પ્રાપ્ત કર્યું છે તેમાં હાયની નાની ત્રણત્રણ વેદાવાળી ટચૂકડી આગળાઓનો હિસ્સો જ અપૂર્વ છે. આ આંગળીઓ ન હોત તો આજનું આપણું પ્રકૃતિ ઉપરનું પ્રભુત્વ જ નહોત. કાંડાનાં હાડકાં ઉપર હાય અને આંગળીઓને કેટલા કૌશલ્યથી ગોઠવેલાં છે ! તે કક્કશમાં કક્કશ કામોથી મૃદુમાં મૃદુ કાર્યો હાય કરી શકે છે. આદિ શિકારી માનવની જીંદગી તેણે ઉપયોગ કર્યો છે, લુહારના હથેલી એણે ટીપેવા છે, કઠિયારાની કુહાડી એણે વાપરી છે, ખેડૂતનું હથેલી તેણે ફેરવ્યું છે, મધ્યયુગીન સરદારની તેણે તલવાર એણે ફેરવી છે—સૌએથી જો આધુનિક વિમાનને વસમાં રાખવાનું કાર્ય પણ તે જ કરે છે. કલાકારની પીછીમાંથી જેમ હાય અપૂર્વ

કલાકૌશલ્ય દર્શાવે છે તેમ પવનરત્ની કલમમાંથી તણખા પણ ઝરાવી શકે છે. રેશમના સૂક્ષ્મ દોરાઓના નાણા-નાણા વડે આકર્ષક રેશમી શસ્ત્રનો પરવિસ્તાર પણ એ જ કરે છે. હાથ કાપી અને મારી પણ શકે છે તેમ આશીર્વાદો પણ આપી શકે છે, ચોરી કરી જાણે છે તેમ દિલાવરી દાન પણ કરી જાણે છે, ખેતરોમાં અન્ન વાવવાનું કાર્ય કરે છે તેમ બોમ્બની વર્ષા પણ એ જ કરે છે.. .”\*

ટોલેગેટોએ એક પ્રમંત્રે હાથ અને ચારિત્રનો અંબ ધર્શાવેલો છે. જે હાથો કામ કરી કરીને અમુક કર્કસતાથી પુક્ત થયેલા હોય છે તેના ચારિત્ર જોવાં અને જે હાથોનો મુદપ ઉપયોગ નથી થતો તેવાના ચારિત્રો જોવા તેમણે સૌને પડકાર કરેલો છે. વર્તમાન સુધારો હાથનું ઔરવ ખંડિત કરી રહ્યો છે એ સંત પુરુષે બ્રહ્મ કહેલું છે. બહુ નાનુકાર્થ ચારિત્રની ધારને જુદી બનાવનારી છે, એમ તેમણે કહેલું છે.

આજના સુધારાનો મોટામાં મોટો દોષ એ છે કે તેણે કારીગરોના હાથમાં જે આત્મા હતો તેનો જ સમુજો સંહાર કરી નાખ્યો છે. પોતાના કામમાંથી મળતો અપૂર્વ આનંદ જ્યારે માણસ, માણી સકસી ત્યારે તે દીન જગન માટે આશ્વાસપદ હશે. મંજવર કારખાનાંથી હાથનું કૌશલ્ય ટળ્યું છે, કારીગરનો આત્મા હણાયો છે, કામના સર્જનમાંથી નિષ્પન્ન થતા અપારિત્વ આનંદનો તેણે નાશ કર્યો છે; આજે કામ નથી, વેતનું છે—કામના કંટાળામાંથી ઊત્પન્ન થતા અનેક માનસિક રોગોથી જનતા પીડાઈ રહી છે. કામનો આનંદ અપૂર્વ છે. હું એક દવા ધર આગળ બનાવતો હોઉં ત્યારનું મારું સમગ્ર માનસ એમાં મેં પરોવેલું હોય છે. એ દવાની ઐક્યતાના આનંદમાં હું મસ્ત બન્યો હોઉં છું. એને નોકર ભલે ખસ્તમાં ધૂંટતો હશે,

\* મૂળમાં ‘અગમ્ય’ છે. કારણ કે કવિને અન્નની ઐક્યતા ગાવી છે. ખરી રીતે તો સંસ્કૃતિની રાજ્યાત હાથથી જ થઈ કહેવાય.

પરંતુ મારી આંખો ...માં ફરતી રહે છે. આ પ્રત્યેક ક્રિયાની પાછળ તે! લખ્યા પ્રમાણે, તેને આપવામાં આવે છે. પરંતુ કલાકાર જેમ પોતાનું માર્મિક લાવ લિપિગ્રહ તો શે થાય છે તેમ વેદને પણ ધણું પડે સર્જન કરવા ધ્યાનનિષ્ઠ થઈ એનાં રૂપ, રંગ, મુદ્રાવમણ—બધાં છે અને એ દવા બન્યા. એને ખાતરી હોય છે કે આ દવા અવશ્ય કાર્ય પાછળ તે ગાંડો બને. પરંતુ કુશલતા વખતમાં ભારે—ઘણી કડાકટ અને કરશે જ. પ્રથમ એ વરકચુરુતના વખતમાં ભારે—ઘણી કડાકટ અને અનેક ઔષધિઓ વડે બનાવવામાં આવેલ ગોગો બ્યારે તૈયાર થતા ત્યારે તેનું ગોરવ વધારવા દવાને હાથીની અંબાડી ઉપર પધરાવી, અપુર્વ ઠાકમાઠ અને વાજિંત્રો માથે રાજમાર્ગ ઉપર ફેરવવામાં આવતી. એ વર્ણન આજે કદાચ ઘણાને મઝકરીને અવકાશ આપનાર પથ બને. પરંતુ કારીગરની કારીગરીને જેને અનુભવ છે, હાથની હથોટીને જેને પરચો મળેલો છે, તે જ એનું રહસ્ય સમજી શકશે. આજની તાજન જેની મોટી કામગીરીઓ, દવાના આ ગૃહ-ઉદ્યોગને મરણશરણ બનાવ્યો છે. મને એનું દુઃખ નથી પરંતુ એની સાથે કારીગરના આત્માનું જે કચ્ચરિયું કાઢી નાંખ્યું છે તેને શોક તો પારાવાર છે.

આજની આપણી બધી શોધો, માનવચિત્તને લક્ષ્યમાં રાખ્યા સિવાય જ સાયન્ટીસ્ટની ધૂનમાંથી કે અપુર્વ દ્રષ્ટિ જન્મેલી હોય છે. એની પાછળ જૂતદયાનો પરમ લાવ નથી કે લોકકલ્યાણની લાવના નથી. જે યંત્રનું એ એક અંગ બન્યો હતો તે યંત્રની જ પેદાશ છે. આમાંથી ગંભીર નફો મેળવવાનું સમ્ભવ બને છે. જેનું સહાયથી હજારો મુખો એનાં વખાણો કરતાં ચર્ચા બન્યું છે. બોળી માં બીયારી એ સાંભળી લોભાય છે, ફસાય છે અને આમ અનર્થ થાય છે. જે યુગ હાથના ગોરવને જૂલસે તે યુગ ઘણું મુખાવશે.

અન્ન જમવું, જમ્યા પછી રાજવત કઢાકેક શાંતિથી બેસવું તામ્બૂલ ભક્ષણ કરવું, ધર્મથી અવિરુદ્ધ એવો વત્તિકર ધંધો કરવો ધર્માચરણ કરવું, મન અને શરીરના વેગોને રોકવા, શરીર એ આત્મા બોગાયતન છે એટલે શરીરને પવિત્ર રાખવું આ બધું આયુર્વેદ તો છે જ-દોષ જ-પરંતુ આપણાં ધર્મશાસ્ત્રોમાં પણ અહીંતઈ છૂટથી વેરાએકું છે. આથી હિંદની પ્રજા આટઆટલા ભીષણ ધ સાણો અને અદીદ એવી બળંરતા વચ્ચે પણ જીવની રહી. ખીજી પ્ર આટલી માતનાઓ વચ્ચે કદાચ ખડાસ થઈ જત. આ બધાને લઈ હિંદની દુઃખ સહન કરવાની શક્તિ (pain threshold) ૫ વધી અને જે પ્રમાણમાં પ્રજાની આ દુઃખ સહન કરવાની શક્તિ તે પ્રમાણમાં તે પ્રજા મહાન થઈ શકે છે એમ વિચારકો કહે આજની માફક સુવાળાપણામાં આપણે રાચતા નહિં શરીર મનને એક અખંડિત એકમ માનીને યમ, નિયમોનું નિષ્ઠાપૂ પાલન આપણે કરતા, આહાર, વિહાર અને આચારની પવિત્ર જાળવવા ખૂબ જામત રહેતા. આ બધા વિચારોના વાહન માટે કરતાં પદ્ય પસંદ કર્યું અને કાવ્યમાં આ વાતોને ગૂંથીને લોકે હૃદયમાં ઉતારી સંસ્કારો પ્રજા પાસે મૂક્યા અને ગર્ભમાંથી જ સંસ્કારો પાડવા ખૂબ ચીવટ દાખવી. મનુ, યાજ્ઞવલ્કય અને પર રની સ્મૃતિઓએ, રામાયણ અને મહાભારતે, કાવ્ય નાટકોએ- સ્વાસ્થ્ય સંસ્કૃતિનો પ્રચાર કર્યો, અરે બચપણથી જ બાળકને આ સંસ્કાર પાડ્યા. માતાપિતાના જીવનનું પ્રતિબિંબ બાળક ર લાઈથી ઝીલી લે છે. એટલે બચપણમાંથી જ સ્વાસ્થ્ય-સંસ્કાર યાન તેને મળતું-પ્રચારના બાલ સાધનો વગર આદ્યજ સંસ્કૃતિ જે પ્રચાર હિંદમાં કર્યો છે તે અદ્ભુત છે.

આજે આપણી પાસે યાનપ્રાપ્તિનાં ધણાં સાધનો છે. આ રોજ રેડિયોમાં વિવિધ વર્તમાન સાંલણોએ છીએ, રોજ વિદ્યાને

11પણોમા જઈ એ ઊંચે, રોજ મેજિકલેટ-સંદારા આરોગ્ય સંબંધી  
12ન પીરસવામા આવે છે, હજારો સામયિકો, સામયિકો વગેરે મોટી  
13પ્રથમામા બહાર પડે છે, આ સાલણી કે વાચીને પાછી પ્રજા  
14પુરવત્ત ચાલે છે.

15 પશ્ચિમ ઓસ્ટ્રેલિયાના એક વખતના હેલ્થ કમિશનર ડૉ. એટ-  
16કિન્સનના વિચારો આ સંબંધી જાણવા જેવા છે. એ વિદ્વાન કહે છે કે  
17આપણે આજે જ્ઞાનનો પ્રચાર કરવામા ભયે પ્રગતિ સાધી હશે, પરંતુ  
18‘એ જ્ઞાનનું’ આચરણુ વ્યક્તિમાનના જીવનમા ઊતરે એવું આપણે  
19કરી શક્યા નથી ૧ પ્રજા વાચે છે અને જલદી તે વીસરી જાય છે.  
20પુસ્તકો ઝડપથી વચાવ છે અને જાગુ હિપર મૂકી દેવાય છે.

If we have succeeded in imparting the knowledge  
we have not succeeded in persuading the great majority  
of individuals to apply it. If facts are pushed before  
them, they wake up temporarily and take notice, but  
tend to forget readily and fall back into ignorance. Our  
literature pushed under the noses is casually read and  
thrown away. Our lectures are attended by the few and for  
the most part by those already so instructed in the sub-  
ject as not to need them. Our lantern slides are viewed  
out of curiosity, and if amusing are appreciated for laugh-  
ter they invoke rather than for the message they convey.  
And so much of our time is wasted. It does not arouse  
permanent interest nor retention. We have approached  
the question in a wrong way, in that we endeavour to  
teach it as we would a science academically, instead of  
trying to develop it as a sense—the public health  
sense if you like—a sense of right and healthy communal  
and individual living.”



સિનેમા જોવાય છે અને ઘડીભર ગમ્મત લાગે છે એટલે આપણે હસીએ છીએ તો પછી આનો ઉપાય શો? એ પ્રશ્ન સ્વાભાવિક રીતે જ ઉદ્ભવે આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એ છે કે આપણે આ પ્રશ્નને ખોટી રીતે જોઈએ છીએ, વિગ્નાન શીખવતા હોય એ રીતે આપણે જાનને રજૂ કર્યું છે પરંતુ કલ્પના, નવી દષ્ટિ, લાભના આપણે જામત કરી શક્યા નથી આમાજિક આરોગ્યની લાવના જમાવી શક્યા નથી.

આ માટે આમાજિક આચરણ જરૂરી છે આ સામાજિક આચરણ માટે આપણે સંસ્કાર રાખવા પાપર્યો છે સંસ્કારોનું વહન કરે એનું નામ જ સંસ્કૃતિ (culture) 'ય : ક્રિયાવાનુસ પલ્લિત : જાગૃતિ ને જીવનમા ઉતારે તે જ સાચો પડિત. સાધુ, સન્યાસી અને શિક્ષકોએ પેટે પાટા બાધીને આ સંસ્કારોને પ્રજા પાસે પહોંચાડ્યા છે. એમના જીવનમા એ જાન મૂર્તિમત બની રહેતું હતું

આજે આપણે બધા 'પબ્લિક હેલ્થ', 'પ્રિવેન્ટિવ મેડિસિન', (પોઝિટિવ હેલ્થ) સ્થાપના માટે લોકનાયકોથી લઈ સૌએ ક્રિયાનાન થવાની જરૂર છે. આજે આપણા દાત જુઓ ધણાના દાત ભર-જીવાનીમા પડાવી નાખેના જોવામા આવે છે, દાતના રોગો થાય છે, ધણાના મો વાસ ભારતા હોય છે દાતના ડોક્ટરો પાસે જઈ દાત કઢાવીને ચોકકા લેનામા આવે છે, પરંતુ દાતની સલાજ માટે જે કરવા જેવું છે તે કયાય જોવામા નથી આવતું. આયુર્વેદ કહે છે કે જેમ એક જાતનો ખોરાક રોજ રોજ ન હોય તેમ દાતજો પથ્ય એક જ પ્રકારના નહિ, પરંતુ સિત્તિલિત્ત રસનાળા હોવા જાઈએ. તૂરા રસ માટે ઉત્તમ દાતજો ખેર, બાવળ, આરળ; તીખા રસ માટે ઉત્તમ દાતજો કણ્ઠીનું; ઝડના રસ માટે ઉત્તમ દાતજો લિબડાનું, મધુર રસ માટે મહદાનું અને જોનસરીનું - આમ વિવિધ રસના દાતજો કરવા જોઈએ એ કોણ જાણે છે? પાણિયારામા પડ્યા પડ્યા કાળા મેસ ગધાતા થઈ ગયેલા વાસી બાવળના દાતજો કરવા

કરતા દાતણુ ન કરવુ એ જ સારુ છે દાતણના કૂચા સાથે હિમા લયમા થતા તેજબલની છાનનું, અદર કપૂર, લવિંગ વગેરે સુગંધી પદાર્થો નાખીને બનાવેલું મજન વાપરવું જોઈએ પત્રી મળશ્ચક્ષિ પત્રી તૈનગવૃષ્—આપ્તું મો ભરાર્થ જન્ય એવો મોટો તલના તેનનો કોગળો ભરવો તે—ભરીને ૧૦-૧૫ મિનિટ બેગી રહેવું પછી મુખ ઘોર્ષ કાઢવું આયુર્વેદ કહે છે કે જે માણસ રોજ તૈનગવૃષ્—તેલના કોગળા કરે છે તેના જડયાના હાડકા મજબૂત રહે છે, રનર સારો ગહે છે, મોઢું સુદર ભરાવદાર રહે છે, રમતુ સૂક્ષ્મ યાન થઈ શકે છે, અન્ન ઉપર ઉત્તમ રુચિ જન્મે છે, એને કદી કફગોપ કે જોડ દાટવાનો ભય રહેતો નથી એ જ દાત મરતા મુઘી બગડતા નથી અને દૃઢભૂતવાળા થાય છે, માતમા એને કદી ચસકા મારતા નથી. ગમે તેના ખાટા પદાર્થો ખાવાથી પણ એના દાન અબાતા નથી કઠિન પદાર્થો તે સહેનાઈથી ચાવી શકે છે બચપણથી જ પ્રત્યેક માખાપ બાળકોને આ ટેવ પાડે—પોતે પંજી આ તૈનગવૃષ્ કરે—તો આજે જે દાતના ચોક્કા જોવા મળે છે તે ભાગ્યે જ જોનામા આવે. દાતના ડોકટરોની મુદ્દલ જરૂર ન રહે પ્રાથમિક શાળાઓમાંથી આ માટે ભાર મુકવો જોઈએ આપણા પાઠ્ય પુસ્તકોમાં આ વાતોનો સમાવેશ શે ન હોય ? પશ્ચિમનું ચર્વિતચર્ચ આપણે કયા સુધી આતુ રાખીશું ? તૈનગવૃષ્ કહીને પરમ સાર પીરસી દીધેનો છે કેન્ડીરદી (દત્તવિદ્યા) નો આપણા પાઠ્ય પુસ્તકોમાં માત્ર કયા કરવા, કૂચો કેમ ધમવો, દત્તમજન કેવું વાપરવું, જિન કેની જોઈએ અને કેમ ઉતારવી જોઈએ મા સાફ કેમ કરવું જોઈએ, તૈનગવૃષ્ શી રીતે આચરવું જોઈએ, વગેરેનો સમાવેશ કરો મન લનચારક જાહેરખમરો વાચીને ખગીદામાં આવતા ભાતભાતના પદેશી દૂધપેસ્ટો અને બ્રશો—જેના ભાવા જેવા વાળ દાતના મૃદુ પેદા બગાડે છે—વગેરેની આપણને મુદ્દને જરૂર નથી સુદદ આરોગ્ય માટે આની જરૂર નથી દાતના દવાખાના ખુદના મુકવાની જરૂર નથી

જ. આ ધર્મ દાત માટેની પોઝિટિવ દેલ્થની વાત. માન્યો ત્યા દાતના ગયેશમાં ચોકવેટા કે ચ્યુઈગ ગમ્સ લરીને ચૂસના હોય ત્યા બાળકો પણ આ શીખે જ ને ? અને પછી દાત બગડે એટલે દતવૈદને બતાવના જવું । મને તો લાગે છે આપણા દેશમાં ત્યારથી પરદેશી રસાયણો વડે શુદ્ધ ધર્મને આવતી સફેદ ખાડ ખાવાની શરૂ થઈ છે ત્યારથી જ આપણા દાત બગડ્યા છે. નહિતર આપણા દેશમાં દાડમની કમી જેવા સુદર દાતો હતા. કવિઓએ દાનની શોભાના કાવ્યો લખ્યા છે. આજે બનાવટી પોચા ખોરાકો શોધાયા છે, કદિન વસ્તુઓ અણગણિયા, કોપડું, ખનાતું કોઈને સૂઝતું નથી. દાતના ગયેશમાં પીપરમિટ ટીકડીઓ, ચોકવેટા લેવા રહે, આ અને ખાડનો અતિ ઉપયોગ, ગરમાગરમ આ પીવાની ટેવ, ૨૫-૩૦ સિગાર કે ખીડીઓ કૂંકવાની આદત; આહાર પણ એટલો જ નિસરવ, ગાયના દૂધનીના અલાવ આ બધું બંધ કરવા જેવું છે તેવું જ્ઞાન ફેટવાને છે ? કર્મ મ્યુનિસિપાલિટીએ આ માટે સક્રિય પગલા લખ્યાં ? શહેરની ગલીએગલી બરફના ગોળાઓ ઉપર લાયઓળ રંગો છટાઈને વેચાય, આપણા બાળકો તે હોસેહોસે ખાય, આઈસક્રીમ ખવાતા હોય, આઈસ્ક્રીમ ખવાતો હોય અને મુખશુદ્ધિ માટેની બેપરવા-પછી દાતો ન બગડે તો શુ થાય ? રોગો વધે તેવું નથી ચોતરફતું વાતાવરણ હોય ત્યા આરોગ્યની વાતો કરવાથી શું વળે ? જોઈએ છે દેશવ્યાપી આરોગ્ય-અસ્થિતા આને ગાનારા યાને કવિઓ નથી તે જન્માવના પડશે. સંખ્યાના રંગો કે કોકિયના કેલિ-ફૂજન ઉપર કાવ્ય લખનારાઓને આરોગ્ય ઉપર કાવ્યો લખના પડશે. કનાકારોએ કૃષ્ણની કથા બહુ કરી, હવે પ્રજામાં આરોગ્ય-અસ્થિતા જનમત થાય એવું નવું કંઈ કથવું પડશે. આપણા દાકતરોએ પોતાના જ્ઞાનનો વિનિયોગ પ્રજામાં કરવો જોઈએ. દવાઓની અતિ-શયતાથી પ્રજાને બચાવી લેવી જોઈએ.

આખો માટે વિચારીએ. જ્યાં ને ત્યાં આખના ઠેસો જોવામાં

આવે છે અધાપો વધતો જાય છે ચમચા વધતા જાય છે, આખની ઇચ્છિતાનો ખોનાની જાય છે આયુર્વેદે એકમે નાના શ્લોકમા નેત્રરક્ષા ઉદ્દેશોધની છે તે જોવા જેવી છે

આખની રક્ષા માટે રાજ ત્રિધાનુ સેન રાખવું

મનને પ્રમત રાખવું ( 'મનસો નિર્દતિ ' )

રાજ આખમા મુરમો (અજન) આજવો

નરય લેવું અર્થાત્ નાકમા તેન કે ઘી, દવાઓથી પકારી લઈ તેના ટીપા મૂકવા.

પક્ષીઓના માસ ભોજનમા લેવા

પગના તળિયા ઉપર ગ્રાજ તેન ઘસવું

પગને વારવાર ધોધને સાફ રાખવા.

પગરખા (જોડા) પહેવા—ખુદના પગે ન ફરવું

રાજ ઘી (ગાયનું) પીવું

અહિત ખોરાક (જે ખોરાક માફક ન આવતો હોય તે) કદી ન ખાવો તેનમા તજેના પદાર્થો, ફરસાણુ અતિશય મસાના—ત્યજવા.

અત્યંત તેજરી એવી હગ્તીફરતી અને સૂક્ષ્મ ગોળે કદી ન જોવી (આજની સિનેમારુદ્ધિને આ લાગુ પડે છે ) ( ભૃશભાસ્વ-ચ્યનસૂક્ષ્મવીક્ષણાચ્ય )

આખની રક્ષા માટે આ નિયમો નિમિ નામના મુનિએ ઉપ દેશેના છે ( અધ્યાય હૃદય )

રાજ ત્રિધના—હરડે બેટા, આમળા આ ભણના ફોનોની છાનનું મરખા લાગે કરેન ચૂર્ણ-દૂધ સાથે લેવાથી આખો કદી ન બગડે જેને તાપમા, થ નો પાસે અગ્નિ પાસે કામ કરવાનું હોય તેવાઓએ રાજ ત્રિધાનુ સેન રાખવું દિતાનહ છે નિટામિનની મોઢ પહેના આપણા પૂર્વજોએ આ સાદી પણ અમૂલ્ય એવી બેટ દેશને આપેની છે આમળામા નિટામિન 'મી' બહુ મોટાપ્રમાણમા છે એ આજના

વિજ્ઞાને જાણાયું છે હરડેમા કોષ્ટ વિટામિન છે કે નહિ તે ઉપર કંઈ પ્રકાશ હજી પડ્યો નથી પરંતુ હરડેાં એનું નામ જ શિવા છે—કલ્યાણકારક છે હરડેનું રોજ સેવન રાખનારનું કલ્યાણ જ થાય રોજ હરડે શકનાર કદી માન પડે આમપાયન (અપકન આહાર રસને પકનનાર), અન્યોમક (અરોનાયુતું નિમરણ કરનાર) સર્વ રોગનું પ્રશમન કરનાર, વય સ્થાપન (ઉંમર થઈ હોય છતાં જણાય નહિ દેહમા લાભો વખત સુધી જુવાની કાયમ રાખનાર), શુદ્ધિ અને ઇન્દ્રિયોની શક્તિ વધાવનાર, દીપન પાચન—આ બધા હરડેના ગુણો છે આથી જ આનું નામ શિવા રાખ્યું છે

બેદા—વિજ્ઞાને કોષ્ટ પ્રકાશ પાડ્યો નથી

મને લાગે છે કે આ ત્રણ ઉત્તમ દેગોનો યોગ ધરીને એક પરમ ઉપકારક એવી દના આપણા પૂર્વજોએ દેશને ચરણે ધરી છે સાગરને ગાગરમા ભરનાર પ્રાચીન શૈવિમા અન્યનિન્તાજ નથી હોતો પરંતુ કોટિ અન્ધોનો સાર અદર ભરવામા આવેનો છે આમજાનું વાવેતર થવું જોઈએ બારે માસ એના લીના તાજા મજા મજા એવો પ્રમદ થવો જાગ્યો એનો ઉપયોગ પ્રત્યેક આમાનવદેહનનિતાએ કરવો જોઈએ

હાથી ઉપર ત્રિફલ્લાનો વરડોડો કાઢી, એનો જમરજરત પ્રચાર કરનાની જરૂર છે

રોજ ઘી પીવાની સનાહ આખના રોગીઓ માટે કેટલી પ્રાણુવાન છે! ઘીને આપણા પૂર્વજોએ સહસ્ત્રવીર્યમ્ કહ્યું છે—આ પ્રાણુવાન શબ્દોને પીજાનનાની શક્તિ પણ પરમારી ગઈ છે વિટામિનોની બનાવટો બધીને એક પત્નામા મૂકે અને પીજા પત્નામા ગાયના ઘીને મૂકે ઘીનું પદ્મ જરૂર વધશે ગાયના ઘીમા બે સના ઘી કરતા ૧૦ ગણુ ‘એ’ વિટામિન છે બે સના ઘીમા તો ‘એ’ મુદ્દન નથી ગાયના ઘીનો પીજા રગ તેની અદર રહેન કેરોટીન—ગાજરગીડ

પદાર્થને લીધે છે વનસ્પતિમાત્રમા 'એ' વસોલે છે આ કેરોટીનમાર્થા જ પ્રાણીઓના શરીર વિટામિન "એ" બનાવી લે છે વિટામિન એ ' ના અભાવે જ આખો બગડે છે, અને આખો જ નહિ આપણા શરીરની મેમ્બ્રેન્સ બગડે છે જીવનશક્તિ બગડે છે સ્મૃતિ, બુદ્ધિ, અગ્નિ, શુક્ર અને ઓજાને ધરાવનાર-એના ધીના ગુણો છે આ નાનકડા પ્રાણુવાન શબ્દો ઉપર ભાષ્ય લખવા જેવું છે આ પ્રાણુવાન શેપિમા ધીની કેમિકલ ( રસાયણ ) તો ભરેલી છે જ, પરંતુ એથી ઘણું વિરોધ છે અત્રેજી લાયામા આના પર્યાયો જ નથી ઓજા શબ્દ માટે આજની ફિઝિયોલોજીમા એક પણ શબ્દ નથી સમ્મલ ધાતુઓનો માર તે શુક્ર-વીર્ય-અને વીર્યનો પણ પરમ સૂક્ષ્મ સાગ તે ઓજા જીવનનો આધાર ઓજા ઉપર છે ઓજાનો નાશ એટલે જીવનનો નાશ વધુ શુ કહું ? રોજ ઘી પીવાની સનાહ આપનાર આપણા સપિઓએ રાષ્ટ્ર સમક્ષ એક મહા મન રજૂ કરેલ છે મત્ર એટલે મનન એક આ સાદા મનનું મનન આપણા દારિદ્ર માત્રનો નાશ કરનાર છે ધી અલ્પમીષ્ણ છે હિંદમા કોઈ બાળક, વૃદ્ધ કે યુવાન પગરખા સિનાયનો ન કરે તે રાજ્યે જોવું જોઈએ બાળકોને નાનપણમાથી જ વાગવાર પગ વોઈને સાફ રાખવાની ટેવ પાડવી જોઈએ

પગના તળિયા ઉપર તેન ખૂબ ઘસવું જોઈએ, ચરક કહે છે કે રોજ પગના તળિયા ઉપર અને માથામા ખૂબ તેન ઘસવું જોઈએ રોજ આખા શરીરે તૈલામ્યગ કરવું જોઈએ

આ બધું બચપણથી જ બાળકોને શીખવાડનામા આવે ઘર આગળ માતાપિતાઓના આચરણથી શીખનામા આવે, તો આ દેશ આટલો દુષ્ટી દરિદ્ર અને રોગી ન જ રહે આખના રોગીઓ માટે મનની નિરૂતિ સૂચનારાઓના મનમા 'માઈક્રો-સોમેટિક મેડિમિન' ભરેલી લાગે છે ચર્ચિત્રો જોનાની મનાઈ કરવી જોઈએ પગનું એ હવે ઈશ્વરના હાથની પણ વાત રહી નથી

આમ 'યોજિટિવ હેલ્થ' માટે આયુર્વેદ પાસે વિપુલ સામગ્રી છે. આયુ' સેવન દિનચર્યામાં વણાઈ જવાની જરૂર છે. આખી પ્રગતે આ બધું સમજતી આપણાં પાઠ્ય પુસ્તકોમાં આ બધું ઉતારી, સ્વાસ્થ્ય અરિમતા (હેલ્થ કોન્શિયસનેસ) જગાવવાની ખૂબ જ જરૂર છે. ગુજરાતના કવિઓ અને લેખકોએ આ બધું વિચારવા નેવું છે.



## ૨૧ : છાસની પરખો

'આરોગ્ય' માટે અંગ્રેજીમાં 'હાઈલિન' શબ્દ હતો— છે. તેની જગોએ 'પ્રિવેન્ટિવ મેડિસિન' શબ્દ આવ્યો. હવે આ શબ્દની જગોએ નવો શબ્દ 'યોજિટિવ હેલ્થ' પ્રચલિત થયો છે. 'યોજિટિવ હેલ્થ' માટે આપણે 'સુદૃઢ આરોગ્ય' શબ્દ વાપરીશું.

આપણે રોગોને મટાડવા દવાખાનાં અને દવાઓને જ વિચાર કરીએ છીએ, પરંતુ પ્રજા પૂણું આરોગ્યવાન થાય એવા પ્રયત્નો તરફ ઠોકરું ધ્યાન જ જતું નથી ! દાનેશ્વરીને ઠોઈ દાન કરવાની વૃત્તિ થાય છે તો તે દવાખાનું બાધવા, પ્રસૂતિગૃહ બાંધવા પૈસા આપે છે પરંતુ આપણી પ્રજા સુદૃઢ આરોગ્યવાણી થાય એને તો ઠોઈને વિચાર જ નથી આવતો. આ આપણી કમનસીબી છે. બધા જ પ્રવાહપતિન થયા છે, એક જ ઘરેડમાં ચાલતાં શીખ્યા છે. નવીન કલ્પના જ ઠોઈમાં સ્ફુરતી નથી. બધું ચંચલ-નિઃપ્રાણ-ચાલી રહ્યું છે.

પશ્ચિમમાં દર હજાર માણસે આટલા ડોક્ટરો છે, આટલાં દવાખાનાં છે, આટલી નર્સો છે, એ આંકડા પોપટની પેડે પદવામાં જ આપણા દેશના દાકતરોને, અને આગળ ચાલીને કહું તો, આરોગ્ય પ્રધાનોને રસ છે. એમની દષ્ટિમાં સાચું આરોગ્ય એ સિવાય જણાતું

નથી. દાકતરોની બહુ તંગાશ છે એટલે બે વર્ષનો ટૂંકો વૈદ્યકીય અભ્યાસક્રમ કરી સ્વાસ્થ્યસંરક્ષકો (આફ્ટીલરી પર્સોનલ) ઊભા કરવાની યોજના આપણા આરોગ્ય પ્રધાનો વિચારે છે પરંતુ કાર્કને આ સિવાય બીજા વિચાર જ આવતા નથી. દવાખાનાં દાકતરો, આ બધાંનું મોડું બજેટ—બસ આ જ આપણી આરોગ્યદષ્ટિ અને કલ્પના છે.

એમાંથી આવી 'નેશનલ હેલ્થ સ્કીમ.' વિસ્તારતે આ યોજના કરી એટલે આપણે અહીં પણ આવી યોજના થવી જોઈએ એનો હવે અહીં વિચાર થાય છે. બાવો નામ્યો ત્યારે બાવી પણ નામ્યો. વિસ્તારતમાં આ યોજનાનાં પરિણામ સારાં જોવામાં નથી આવ્યાં. કરોડો રૂપિયાનો ધુમાડો આ યોજના પાછળ થઈ રહ્યો છે. દરદીઓની લાંબી લંગાર જાગે છે, દાકતરો અને દરદીઓનો કાલન્યય થાય છે, રાજ્યનાં નાણાં વેડફાય છે. હાથમાંથી આઠ દરદીઓ તો શરદી સળેખમના જ હોય છે અને શરદીની તો દાકતરો પામે દવા જ નથી ! શરદીની સગી બહેન જોવો ઠન્દ્યુએન્જા બીજો જ એવો સામાન્ય રોગ. એની પણ રામચાણુ દવા દાકતરો પાસે નથી. પછી આવે છે ગળાના કાકડા. તે હમરોની મજબામાં કપાય છે. ચિકિત્સક સમાજ પાસે આ સર્વિક્ષિયા માટે સખળ કારણો નથી જ છતાંય આ બધું નેશનલ હેલ્થ યોજનામાં આવી રહ્યું છે. ટૂંકમાં, આવી વિશાળ યોજનાઓ પાછળ લાખો ને કરોડોનો ધુમાડો ચાલી રહ્યો છે તે નિરર્થક જ છે એમ ડાહ્યા માણસોને તો લાગે છે જ. આ પંથેથી પાછા ફરવા, આ ગતાનુગતિકતામાંથી છૂટવા માટે પ્રગ્નને જાગવવાની જરૂર છે. રોગો, દાકતરો અને દવાખાનાં તરફથી દષ્ટિ ફેરવી સુદદ આરોગ્ય તરફ જ પ્રગ્નનું ધ્યાન દોરવાની જરૂર છે.

જે દવાખાનાં આજે પ્રગ્ન માટે ચાલે છે તેની થી દશા છે તે તરફ પણ જોવાની જરૂર છે એમ અમને લાગે છે. તે વર્ગ આજે



ખાધપીને પૈસા પાછળ પડ્યો છે. ગરીબ પ્રજાનાં નાણાંને જે બદલો ગરીબોને મળવો જોઈએ તે લાગ્યે જ મળે છે. દવાખાનાં હોય ન હોય બન્ને તેમને માટે તો સરખું જ લાગે છે.

અને દવાખાનાં આમ કેટલાં કાઢશે? તેને નિભાવવા સરકાર ક્યાંથી પૈસા લાવવાની છે? આજે તો આરોગ્ય પ્રધાન દરદી પ્રધાન કે રોગ પ્રધાન બની ગયેલ છે. દરદી અને રોગના વતુંલમાંથી તે કોણે જ આવતો નથી. 'સુદદ આરોગ્ય'ની તેમની પાસે યોજનાઓ જ નથી. પશ્ચિમના અંધ અનુકરણની આ મોહિની કંઈ અજ્ઞ છે. એની માયામાંથી વહૂટલું લવલવાને માટે અધરું છે. આરોગ્ય પ્રધાન કોઈ 'પોઝિટિવ હેલ્થ'ની વાત કરે છે ત્યારે મને હસવું જ આવે છે, એ પોપટની પેટે અચરે અચરે રામ કરે છે એટલું જ, તેની પાછળ નથી કોઈ યોજના, નથી કંઈ કલ્પના.

આજે અરધુપરધુ ખાધું ન ખાધું ને બાળકો નિશાળે દોડે છે. જમતી વખતે નિશાળનો વખત થઈ જશે અને ભારતર એમને જિભા રાખશે, વદશે એ ખીક હોય છે. આપણા કેળવણી પ્રધાનો ક્યા મુખે ડાહી ડાહી વાતો કરે છે? આ સાદી વાત તેઓ સમજી શકતા નથી શું? નિશાળનો આ સમય બદલાય તો ખીચારાં આપણાં છોકરાં મુખેથી જમે; જમીને દોડતાં અટકે. જમીને થોડી વાર સંપૂર્ણ સ્વસ્થતાથી (રાજની પેટે બેસવું જોઈએ, એ કહેવાના દિવસો હવે ગયા.) સવાનું કે બેસવાનું કોઈ માટે આજે શક્ય છે? વિદ્યાર્થીઓ, વડાઓ, કારકૂનો—અધા જ જમવાના ટાણે વ્યથા હોય છે. જમીને અર્ધો કલાક બેસવાનું તેમના ભાગ્યમાં નથી. 'મૃત્યુર્ધાવતિ ઘાવતઃ'—જે ખાઈને તુરત દોડે છે તેની પાછળ મૃત્યુ દોડે છે એ કહેનાર કવિ કે વૈદ્યમાં કેટલી દૂરદર્શિતા હશે! આરોગ્યની મોટી મોટી યોજનાઓ પાછળ કરોડો રૂપિયા વેડવા કરતાં આવી એક સાદી વાત લોકોના દિલમાં છિતરે તો કેટલીય

અનર્થપરંપરા મટી જાય ! આજે પેટનાં આંતરડાંનાં ચાંદાંના હળરો ફેરો થાય છે—જેવામાં આવે છે. આ ચાંદાં એ આ દોડધામમાંથી જન્મે છે એ સાદી વાત આરોગ્ય પ્રધાન કે કેવળશી પ્રધાન ન સમજતા હોય એમ માનવાની હું ના પાડું છું. ગતાનુગતિકતામાંથી છૂટવું એ જ મહા સુરક્ષ છે.

દરજિયાત શિક્ષણ કરતાં દરજિયાત દૂધ-છાસ આપવાની યોજના વિચારવા જેવી નથી શું ? દરજિયાત શિક્ષણ પાછળ નાણાં વેડફવા કરતાં તો એક તાણુકો કે આખો જિલ્લો લઈ ત્યાંનાં નિશાળે જતાં બાળકોને રાત્રી તરફથી રોજ ૧ શેર સ્વચ્છ તાણું દૂધ આપવાની યોજના વિચારાશે તો પ્રજાનું વિશેષ કલ્યાણ થશે. પ્રજામાં દૂધની અસ્મિતા જન્મવાની ખૂબ જ જરૂર છે. માયકાંગલે શરીરે વાંચી, ભણીનેય શું કરશે ? એના કરતાં નાનાં બાળકોને રાત્રી તરફથી દૂધ અને દૂધ નહિ તો છાસ મળે એવી યોજના શું કામ રજૂ ન કરી શકાય ? જોઈએ છે નવીન કલ્પના, નવીન આદર્શ, નવીન કરવાના કંઈક ઠોડ.

આજે આપણાં ગામડાંમાંથી દૂધ શહેરોમાં ચાલી આવે છે. ગામડાંમાં શેર દૂધ વેચાતું જોઈતું હોય તો લામ્હે જ મળે છે. દૂધ નહિ તો પછી છાસનાં તો દર્શન જ દુર્લભ હોય ને ? ઘરવલોણું ગયું, ઘી કરતાં દૂધ વેચવામાં આર્થિક લાભ લોકોને સમજાયો છે. મજૂરી કરવાનું હવે કોઈને ગમતું નથી. એ વસોવવા કરવાની કડાકૂટ કોણ કરે ? પરિણામે ગામડાંનું આરોગ્ય જુઓ. સાવ નિરતેજ, માયકાંગલાં, રોગિષ્ટ શરીર. એ જ આજનાં આપણાં ગામડાં. દૂધ, માખણ, ઘી, છાસ ગયાં અને આવી ગામમાં હોટલો. ચાના કંચુઆ લોકો ઢીંચતા થઈ ગયા. ગામડાંમાં જે જાતની આ પીવાય છે તેને હું ધીમું ઝેર જ ગણું છું. આપણા આરોગ્ય ખાતાના અધિકારીઓ (હેલ્થ ડિપાર્ટમેન્ટ) અને લોકવખોડના દાકતર વૈદ્યો ધારે તો આ બદીમાંથી લોકોને બચાવી શકે. પરંતુ આ દષ્ટિ જ નથી તેનું શું કરવું ?

હું આરોગ્ય પ્રધાન હોઉં તો છાસની પરખો મંડાવું. આ શેખવ્યક્તીની યોજના નથી, તદ્દન વ્યવહારુ વાત છે. આરોગ્ય પ્રધાનને જવા દઈએ, પ્રજા ધારે તો આ સાદી યોજના સહેજે અમલમાં મૂકી શકે. આ યોજના આ રહી—

એક 'યુનિટ'માં બે મણુ દૂધ રોજ ખરીદાય, બે મણુ દૂધ-માથી ૧૦ મણુ છાસ થાય-૪૦૦ રોજ છાસ થાય. એક પૈસાની એક રતલ લેએ છાસ આપનાર રોજ ૪૦૦ માણસોને છાસ મળી રહે. હવે દર ગામડામાંથી કે શહેરના લતામાંથી ૪ દિવસની છાસના પૈસા આપનાર એટલે કે ૨૫ રૂપિયા આપનાર એક સભ્યને બોલો કરવો. ૨૫ રૂપિયા આપનાર ૯૦ માણસોથી આવું છાસઘર યા છાસની પરખ શરુ કરી શકાય. પાણીની પરખો માટે પૈસા આપનાર નીકળે છે તેમ છાસની પરખો બેસાડનારા ખુશીથી મળી રહે. દૂધ સારું હોય એટલે ૨ મણુ દૂધમાંથી ૬ રતલ માખણુ બીતરે, તે એક રતલના ૩ રૂપિયાના ભાવથી વેચતાં તેની આવક જમા થાય. આ માખણુ દરદીઓને પહેલું મળે, પછી દાન આપનાર વ્યક્તિઓને કે તે જે કહે તે પ્રમાણે તેનો નિકાલ થાય. વર્ષભર દૂધનો સરેરાસ ભાવ ૦-૫-૦ પ્રાંચ આના આંકવો છે. આ પ્રમાણે ગણતારાં નીચે પ્રમાણે આવક-ખર્ચનો ખર્ચ અંદાજ શકાય :—

### જાવક રોજની

બે મણુ દૂધ ૦-૫-૦ રતલના ભાવે..... રૂ. ૨૫-૦-૦

### આવક રોજની

(૧) ૬ રતલ માખણુની\* ત્રણ રૂપિયાના ભાવે રૂ. ૧૮-૦-૦

(૨) ૧૦ મણુ છાસ ખરીદ લેનાર વ્યક્તિ પાસેથી

મળતી (દાનની) રકમ

૬-૪-૦

(૩) ૧૦ મણુ છાસ (વ્યક્તિ ખરીદી લે તે જ)

જનતાને એક પૈસાની એક રતલ અપાય તેની

મળતી કિંમતના

૩. ૧-૪-૦

૩૦-૮-૦

જાવક ૩. ૨૫-૦-૦

બાકી નફો ૩. ૫-૮-૦

આ બાકી રહેલા ૩. ૫-૮-૦ માંથી કામ કરનારને મહેનતાણું આપી શકાય. વસોવવા એ માણસો નોંધએ તે વાસણો સાફ કરે અને ખીજી વ્યવસ્થા કરે. ૩. પામમાંથી આ પ્રમાણે કામ કરનારને મહેનતાણું આપી શકાય અને દૂધનો ભાવ વધે ત્યારે તેને પહોંચી વળવા માટે એ રકમનો ઉપયોગ કરી શકાય. જીવાન સ્વયંસેવકો અને સેવિકાઓ છાસ ખેતવા આવે તો કંઈ ખર્ચ થાય જ નહિ.

નોંધએ કુશળ સંચાલક. સેનાલાલી કુશળ સંચાલક આવી છાસની પરખોની શરુઆત કરે. પ્રગ્નના મોટા ભાગને નજીવી કિંમતે છાસ આપી શકાય. વસ્તીના પ્રમાણમાં આવી અનેક 'યુનિટો' ચલાવી શકાય.

'દધિમંધનઘોષ' વિનાનાં ઘરો ઘરો નથી પણ અરપમે છે એ લખનાર કવિ કેવો હશે ! વસોવતી વખતનો અંગમરોડ તો કવિના કાવ્યનો વિષય બન્યો છે. આપણી બહેનો આ વ્યાયામ કરે અને એ જોના કવિઓ આવશે, કાવ્યો લખાશે.

આપણા દેશમાં દરેક ગામેગામ આવી છાસની પરખો માંડવાની જરૂર છે. ગામખંચાયતો ધારે તો આ યોજના સદેનાર્થથી ઉપાડી

\* માખણનો ઉપાદ ન થાય તો ધી બનાવી લેવું અને સ્વચ્છ ધી ખાનારા માલકો નોંધી રાખવા.

લઈ શકે આજે ગામપંચાયતો, પ્રસૂતિગૃહો અને દવાખાના યોજના, ચનાવના પાછળ વિચાર કરે છે. તે લયે કરે, પરંતુ 'પોઝિટિવ હેલ્થ' માટે આ વલ્લુ પેની કરતા વધુ જરૂરી છે એટલું તેમના બેળમાં હિતારવાની જરૂર છે ગામડાને આવી ૧ પૈસે ૧ રતન જાસ મળે તો, હાવને તમકકે, સરસ છે જાસ અં આપણા ગરામ દેશની પૈનિસિલિન છે જાસમા લવલવા જ તુએને મારવાની અદ્ભુત શક્તિ છે. રોજ જાસ પીનારને રોગો થાયજ નહિ. મને લાગે છે કે પ્રજાની કાયાપનટ કરવા માટે આ સાદી યોજના દરેક ગામકું વિચારશે.

અને શહેર માટે તો આ ખૂબ જ સહેલું કાર્ય છે દર વૉડ દીઠ આવી યોજના—જામ પરમ—આપણા મ્યુનિસિપલ કાઉન્સિલરો શું કામ શરૂ ન કરે? શરુઆત ચતા પ્રજાને એના લાભો સમજાશે અને પછી તો આના કામો માટે હરીશર્ષ—સ્પર્ધા—જનમશે. જરૂર છે સાચા યોજકોની

હું આરોગ્ય પ્રધાન હોઈ તો ગામડાના પટેન, તલાટીઓ અને શિક્ષકો પાસે મોટા ગામ હોય તો ગામપંચાયતો મારફતે, શહેરો હોય તો મ્યુનિસિપાલિટી મારફતે, યુનકમડો (દૂધનીગ) અને સેવાસમાજો હોય તો તેમની મારફતે આ આદોનન ગતિમાન બનાવું અને એકાદ બે વર્ષના અનુભવ બાદ તેનો કાર્યપ્રદેશ નિસ્તારુ મ્યુનિસિપાલિટી અને ગ્રામપંચાયતોને સરકાર આ પેટે થોડી ગ્રાન્ટ આપનાવું વિચારશે જ.

આવી જાસપરજ સરસ રીતે ચાનશે તો દાન કરનારા તો ઘણાય નીકળી આવશે. કેઈને ૧ રતનથી વધારે જાસ ન આપવી, કેઈ આ નિમિત્તે દાન આપે તે સ્વીકારના. દોષ્ટી, રવૈયો વગેરે સાધનો શરુઆતમાં સખી ગૃહસ્થો પાસેથી દાનમાં મેળવના—આ બધું કાર્ય સઆલકને શિર રહેશે યુવક મડળોનો આજે રાષ્ટ્રો ફાટયો છે તે

વારંવાર નાટ્ય પ્રયોગો, ગરબા અને લાપણો ગોઠવીને પોતાના કર્તવ્યની ઇતિકર્તવ્યતા માનતા લાગે છે. તેમને માટે આ સુંદર કાર્ય છે. આ રચનાત્મક કાર્ય છે. સંચાલનનો અનુભવ મળશે, સહકારની પરસ્પર લાવના ક્ષેત્રમાં. બહેનો પણ હવે તો આવા મંડળોમાં બહુ હોય છે. તેઓ ધારે તો બળબેના વારા બાંધી વસોવવા આવે અને યુવાનો અને યુવતીઓ મળીને જાતે જ વસોવે. સરસ વ્યાયામ થશે. કંઈક કર્યોનો સંતોષ થશે.

બાકી પ્રધાનો પણ ખીચારા શું કરશે ? આપણો રંગ બદલાયા વિના આરોગ્ય પ્રધાનોનો રંગ નહિ બદલાય. જેવી પ્રજા તેવા તેના પ્રધાનો—આ સૂત્ર સૌ યાદ રાખે.

‘છાસની પરબો’ના વિચાર મને આપનાર શ્રી. ચૂનીલાલ રામચંદ્ર શેનત છે. ઉમરેટમાં તેઓ આવી રીતે છાસ આપતા પણ હતા એમ મને યાદ છે.

પંચવર્ષીય યોજનામાં આવી યોજનાને સ્થાન હોય. પ્રજા પોતે સમજે તો પંચવર્ષીય યોજનામાં પણ આ યોજનાને જરૂર સ્થાન મળે. પરંતુ એનો પોકાર પ્રજાના દિલમાંથી હોવો જોઈએ. સરકાર સામે મોં માંડવાની વૃત્તિ ખોટી છે. પ્રજા ધારશે તો પોતે ઇચ્છે તેવા પ્રધાનો આવશે જ.

સહકારી મંડળો આજે ગામડે ગામડે જામવા લાગ્યાં છે. એના સંચાલકોનું મુખ્યારક ધ્યાન આવી બાળતો તરફ જાય તો ઘણું ઉપયોગી કાર્ય થઈ શકે. જરૂર છે નવી દ્રષ્ટિવાળા કુશળ સંચાલકોની જાગૃતિ નવીન આર્થિક આયોજનાની. જે સહકારી મંડળોનો ગામડામાંનાં કૃષિ-શાક વેચીને પૈસાની બચત કરે છે તે મંડળોનો પોતાના અસહકારી આરોગ્યના પ્રયોગ વિચારી શકે તે આપણું પ્રજાજીવનનું નવપલ્લવિતતા પાંગરશે.

.. દવાવાદમાંથી પ્રજનને છોડાવો. પ્રજનને ખાતાં શીખવાડો. એક એક આના 'કોર' ના બે આના આપવા કરતા બે આનાની મગફળી અને ગોળ ખાતાં તેને શીખવાડો. આને ગામડામાંથી કાઢો, ખાંડને કાઢો, હાસદૂધને સ્થાન આપો, ગોળને સ્થાન આપો, એક પૈસે ખર્ચતાં તે કેવી રીતે ખર્ચાય છે તે વિચાર કરવાની પ્રેરણા ગામડામાં જાગ્રત કરો. મજૂરોને શું 'આણું' તે શીખવાડો. તમે ૧ રૂપિયા રોજ અપાવશો પણ જો તેને ખાતાં જ નહિ આવડતું હશે તો તે રૂપિયાનો દુબ્બંધ જ કરવાનો—આજે તે કરી રહી છે જ.

પંચતર્પણ યોજના આજના આપણા દુબળા, યોધરા, હરિજનોની મજૂરી ઉપર જ નિર્ભર હશે. આ નર-કંકાલો પાસે તમે શી મજૂરીની અપેક્ષા રાખો છો? એમના સરીરમાં માંસ જ ક્યાં છે? એકલાં હાડકાં ઓણું જ કામ આપવાનાં છે? 'લેમર હેલ્થ ઇન્સ્ટિટ્યુટ' ની યોજનામાં મને રસ નથી. મજૂરોને દાકતરવૈદને ત્યાં મોકલવામાં કે તેમની સામે જોતા કરવામાં મને રસ નથી. મજૂરોનો ખોરાક જોનારે કોઈ આરોગ્ય પ્રધાન છે ખરો? આ બધું 'પોઝિટિવ હેલ્થ' માગે છે.



## ૨૨ : આપણી “હેલ્થ ક્રન્ટ”

.. હમણાં આપણાં સ્વાસ્થ્ય સચિવ અમૃતકુંવરબા યુરોપમાંથી ખી. સી. જી. વેકિસન-ક્ષય અટકાવવાની રસી લઈ આવ્યાં છે. હિંદુસ્તાનની બૂઝી ઉપર આ વેકિસન લઈને નાનકડું રોન્ય પશુ યુરોપથી જીતારી ગયું છે. અને આપણા વિદ્યાર્થીઓ ઉપર રસીઓ મુકાવી પણ શરૂ થઈ ગઈ છે. ગરીબ હિંદુસ્તાન આ માટે વર્ષ દિવસે ૭ કરોડ રૂપિયા લાગલાગટ પાંચ વર્ષ સુધી ખર્ચશે અને

ત્યારબાદ ત્રણ ત્રણ કરોડ ખર્ચેશે. કારણ હિંદમાં ક્ષયરોગ ખૂબ વધે છે. એટલે અમૃતકુંવરબાબુ સ્વીકૃત્ય દ્રવી બિહ્યું અને આ ‘રસી’ નું દાન ક્ષયરોગીઓને કર્યું છે. અમૃતકુંવરબાબુ જાતે તો ડોક્ટરે નથી, એટલે કોઈ અન્ય ડોક્ટરની સલાહ તેમને મળી હશે. સંભવ છે આપણા ડૉ. જીવરાજભાઈની સલાહ તેમને મળી હોય. આમ અનુમાન કરવાનું કારણ છે: ૧૫ મી ઓગસ્ટે ડૉ. જીવરાજભાઈએ ટાઈમ્સ ઓફ ઇન્ડિયામાં ‘પ્રોગ્રેસ ઓન ધી હેલ્થ કન્ટ’ નામનો લાંબો લેખ લખેલો છે. અને આ લેખમાં તેમણે બી. સી. જી. વેક્સિનેશનને અધ્યક્ષ આપેલો છે.

“ One of the significant achievements of the Government of India on the health front is the introduction of B. C. G. Vaccination against tuberculosis.” ખેર, ગમે તેના કહેવાથી આ રસી લાવવામાં આવી હોય, પરંતુ આ રસીથી ક્ષયનું પ્રમાણ ઘટશે એ શુદ્ધ લાવનાની તો જરૂર છે જ. ક્ષયનું પ્રમાણ ઘટતું હોય તો વાર્ષિક ૭ કરોડ રૂપિયાની શી વિશાત છે !

પરંતુ પ્રશ્ન એ છે કે યુરોપ અમેરિકામાં આ રસીને વ્યાપક ઉપયોગ થયો જ નથી, એનાં પરિણામે પણ બહુ સારાં નથી આવ્યાં એમ ખુદ હિંદ સરકારના ક્ષયરોગ સલાહકાર ડૉ. વર્ધાસ એન્જલમીને જાતે જ કબૂલ કર્યું છે. એ કહે છે કે જો “ નોથ ” અમેરિકન ઇન્ડિયનોમાં આ બી. સી. જી. રસીના ઉપયોગથી ૪/૫ જીટલી મરણમંજ્યા ઝાઝી થઈ છે તો આપણે આશા રાખીશું કે હિંદમાં પણ એ જ રીતે ક્ષયથી યતી મૃત્યુસંજ્યા ઘટશે. ” આ વાક્ય બતાવે છે કે હિંદુસ્થાનના વતનીઓ કરતાં તદ્દન સિન્ન જાતના વતનીઓ-જેમનો આહારવિહાર અને મનોવિકાસ આપણા કરતાં તદ્દન સિન્ન છે-એવાઓ ઉપરના પ્રયોગની માંતે ડૉ. એન્જલમીને



કરે છે. આગળ ચાલતાં એ પોતે જ કહે છે કે “યુરોપમાં છેલ્લે ૨૦ વર્ષોથી આ ક્ષયની રસી યુરોપિયન વતનીઓમાં પણ વપરાયેલી છે. અત્યંત બહુ ઓછી જન-સંખ્યા ઉપર-અને તે પણ આદાર વિદ્યાર વગેરેના બરાબર નિયમન સાથે જ-તેનાં પરિણામો પણ આશાજનક આવેલાં છે.” નાની જનસંખ્યા ઉપર બરાબર આદાર-વિહારાદિનું નિયંત્રણ રાખી આ રસી અજમાવવાથી સંતોષકારક પરિણામ આવ્યું હોય તો તેમાં નવાઈ શી છે? આદાર તેમ જ સુંદર ઘરો વગેરેની બધી સેઈ સાથે આવી રસીઓ ભડે અપાય. હિંદમાં તો કેાઈ જાતનું આવું નિયમન જોવામાં કે જાણવામાં નથી આવ્યું. ડૉ. બેન્જમીન કહે છે કે “હિંદમાં ૧ કરોડ માણસો તો આ ‘Tuberculin Negative’ હશે જ અને તેને આ રસીઓ આપવામાં આવશે. ૨૦ વર્ષથી નીચી ઉંમરના આ લોકો હશે. આવતાં પાંચ વર્ષમાં જો આમાંના ૮૦% ને આ રસી આપી દેવાય અને પછીની પેઢીઓમાં પણ સતત જાગૃતિ રાખી રસી આપી પુનઃ પરીક્ષાઓ થતી રહે તો આવતાં ૧૦ થી ૨૦ વર્ષોમાં ક્ષયથી થતું મરણપ્રમાણ ઘણું ઘટી જાય ખરું. નોથ અમેરિકન ઇન્ડિયન્સમાં જે થયું તે જો હિંદમાં થાય તો ૨૦ વર્ષ બાદ ૫ લાખ રોગી હાલ ક્ષયના છે તે ૧ લાખ જેટલા જ રહેશે.” આગળ આ વિદ્વાન કહે છે કે “પશ્ચિમમાં પૂરીપૂરી તકેદારી રાખી કંટ્રોલ પ્રયોગો કરી, જે શુભ પરિણામો લાવી શકાયાં છે તેવાં હિંદમાં આવશે કે કેમ તેનો ઉત્તર આજથી નિશ્ચિતપણે ન જ આપી શકાય. પરિણામો વિષે જોલવા તો કેટલાંય વર્ષો જોઈશે.” મેં ડૉ. બેન્જમીનના રેટમેન્ટમાંથી ઉપલા ફકરા લીધા છે. આ રેટમેન્ટ ડૉ. બેન્જમીને કેમનવેલ્થ રિલેશન્સ કોન્ફરન્સ પાસે કરેલું છે, જે દિલ્હીના “હિંદુસ્તાન ટાઈમ્સ” માં (જુલાઈ-૧૯-૧૯૪૯) છપાયેલું છે. સાચી વાત એ છે કે ડૉ. બેન્જમીનના જોલવામાં કે દલીલોમાં જરા પણ જળ નથી. આ રસીના ઉપયોગ વિષે તે પોતે પણ શંકાશીલ લાગે છે. સંલગ્ન છે ?

જવાબદારીના ભાનવાળા સમજીને શબ્દો તોળીતોળીને વાપરતા હશે. પરંતુ આખા સ્ટેટમેન્ટમાંથી પ્રત્યક્ષાત્મક વાણી મુદ્દલેય નથી વચ્ચાતી.

જે રસી વિષે ખુદ ડોક્ટરોનો મોટો ભાગ વિરુદ્ધમાં કે તરફેણમાં નથી તે રસી હિંદુસ્થાનના નિર્દોષો ઉપર લાદવામાં આવેલી છે. આપણા ડોક્ટરો આપણી સરકારને આંખે કેવાકેવા પાટા બંધાવી શકે છે તેનો આ રસી ઉત્તમ નમૂનો છે.

ક્ષયરોગનાં ખરાં કારણો ગીચ વસ્તી, હવાઅજવાળા વિનાનાં ઘરો, અયોગ્ય અને અપૂર્ણ પોષણ, જીવલેણ ચિંતાઓ, બેહદ ગરીબાઈ, સ્વચ્છતા તરફની અક્ષમ્ય બેદરકારી વા અજ્ઞાન આ છે તે સૌ સ્વીકારશે જ. આ સ્થિતિ જ્યાં પ્રવર્તી રહી છે ત્યાં આ રસીનાં પરિણામો કેવાં આવશે તે કહેવું શું મુશ્કેલ છે? એક અંધારી ઓરડીમાં પાંચજ છોકરાં સાથે માગાપ રહે છે, આ છોકરાંને ક્ષયની રસી આપવાથી શું ક્ષય થતો અટકશે? દૂધ, ઘી, તેલનાં તો ગરીબો માટે દર્શન જ દોલકાં અર્ધ પડ્યાં છે. બેમિતમ મોંઘવારી હજી વધુ ક્ષયના રોગીઓ ઉત્પન્ન કરશે. જે ભતનો અયોગ્ય ખોરાક આપણી સરકારનું રેશનિંગ ખાતું આપતું હતું તે માણસો માટે ખાવા લાયક ન હતો. આ બંધુ છે તે ડો. જીવરાજ મહેતા અને અમૃતકુંવરબા નથી જાણતાં એમ કેમ મનાય? અને આને માટે પ્રાથમિક શાળાઓમાં જતાં તમામ બચ્ચાંને રાત્રી તરફથી વર્ષ દહાડે છ કરોડનું દૂધ આપવાનું ઠાઈને કેમ ન સૂઝ્યું? જો સરકાર એમ કહે છે કે દૂધ આપવાનું હાલને તબક્કે શક્ય નથી તો પછી ઓરટ્રેસિયાથી કે બીજેથી છ કરોડ રૂપિયાની ગાયો અને ખૂટા મેંગાવવાનું શક્ય ન હતું? દૂધની મદદતા, સંપૂર્ણ ખોરાક તરીકેની તેની પ્રતિષ્ઠા અમૃતકુંવરબા નહિ સમજતાં હોય? છ કરોડ રૂપિયા દૂધ પાછળ ખર્ચવામાં આવ્યા હોત તો ભારી ખાતરી છે અને

શિક્ષિત જનો પણ એ સ્વીકારશે જ કે ક્ષયરોગ જોતજોતામાં ધણો ઓછો થઈ જાય છે. પરંતુ આ સાદી વાત આપણા રાજધુર ધરોને નથી સૂઝી અને ખી સી જી વેકિમનના પ્રોપેગેન્ડાના પ્રવાહમાં કે પત્રી તે સુધરેલી પ્રત્યક્ષ માનવરુપે સ્થાન મેળવવાના મોહથી હો કે હેલ્થ મિનિસ્ટર વધુ પડતા પશ્ચિમી માયન્સની મિદ્ધિઓમાં શ્રદ્ધાનાળા હોય-તણાયા એ ખરેખર અચળો પમાડનાર વાન છે. શરીર ઉપર ખાદી અને આખી અંતર ચેતના પશ્ચિમી એવું ધણું ગાંધીભક્તોને માટે કહેવામાં આવે છે તે આ જોવા પત્રીથી તો અવશ્ય વિચારણીય લાગે છે.

વળી થોડા રોજ પહેલા અમૃતકુવરમાં જોવા છે કે, “આપણા લોકો ખૂબ જ જૂનવાણી વિચારના છે. નવું તેઓ અપનાવી શક્તા જ નથી આપણો જોગક ધણી દષ્ટિએ અધુરું છે અને તે ત્યજીને નવો જોગક તેઓ અપનાવી શક્તા જ નથી.” (આ સાર છે સ્મૃતિ ઉપરથી મેં આપેનો છે) એટલે હમણા ન્યુટ્રિશનન કમિટી કે એના જ ખીજ નામનાગી સભ્ય તેઓએ સ્થાપી છે અને આ સભ્ય હવે હિંદની જનતાને નવો જોગક આપશે. આ જ્યારે મેં વાંચ્યું ત્યારે મારા મુખમાંથી નિમાસો નીકળ્યો. આ અમારા હેલ્થ મિનિસ્ટર! આપણને જૂનવાણી કહીને તેઓ પોતાની જાતને પશ્ચિમી સભ્યનાના ઉપામક તો નહિ માનતા હોય ને? ભને ન્યુટ્રિશનન લેખારેટ્ટીઓ સ્થાપો, ઘોળા દાખીઓ બાધો, આતરસાદીય સમિતિઓમાં તે ભને એરોપેનમાં જોડીને જતા અને હિંદ જરાકેય પાછળ નથી પણ ખૂબ (1950-51) છે એમ ભાવણો આપી આવે. લોકોને એક તરફ પેટ પૂરતો જોગક આપનારું આપણા રાજધુર ધરોને સંતુષ્ટ નથી, અને આવી નવી નવી સભ્યો પાછળ લખલટ ખર્ચો આવી રહ્યા છે. આ કમિટીઓ કાને આપણને જોળેનો જૂકો ધડેના લોટમાં ઉમેરીને ખાઓ, કણમાં ફેડેના કડોળ

ખાઓ, દૂધનો પાઉડર સારા દૂધની અવેશમાં લો, શકકરિયાનો લોટ કે શકકરિયાનું શાક ખાઓ, ટેપિઆકનો સ્ટાર્ચ વાપરો, સોયાપ્રીન વાપરો, મલ્ટીવિટામિન ગ્રોળીઓ ખાવામાં લો, વગેરે કહેશે. તલ કે મગફળીના ખેળનો ભૂકો રસાયણ દ્રષ્ટિએ (Chemically) ખાદ્ય ઘટકો દર્શાવનાર જરૂર હશે, પરંતુ આયુર્વેદે તેને ખાવાની મના કરેલી છે. આયુર્વેદવેત્તાઓ તો જૂનવાણી વિચારના છે જ એટલે પકડેલું પૂંછડું છોડે જ નહિ એમ આપણાં સુધરેલા-અથવા સુધરેલામાં ખપવા આડંબર કરનારાઓ કહેશે. ફળગારેલાં ધાન્યો પણ હંમેશાં ખાવા. જેવાં નથી. ન્યારે શાકભાજી ન મળતાં હોય ત્યારે જ તે ખાવા જેવાં છે, કવચિત ખાવા જેવાં છે એમ આયુર્વેદમાં કહેલું છે. પરંતુ પશ્ચિમમાંથી આ તૂત આન્યું છે અને પશ્ચિમમાંથી આનો વિરોધ નહિ થાય ત્યાં સુધી આ માન્યતાને કોણ ડગાવનાર છે? અળખે ઉપિયા પ્રચાર પાછળ ખર્ચનાર માતખર કેપનીઓ, ફાર્મસીઓ, સાયન્સનો સ્વાંગ પહેરાવી નવાં નવાં પેન્ટ ફૂડો હિંદમાં ફાલ્ગવી રહી છે. વિધાયતી દવાઓ સિવાય આપણા ડોક્ટરોને આશ્વત્તુ જ નથી. એટલે રોજ નવીનવી દવાઓ ન આવે તો તેમને પ્રગતિ ઓછી લાગે. ડો. કેનેથ પોકર જેવા પ્રખર વિચારક ડોક્ટરે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે “Change has been taken to be synonymous with progress and the fabrication of new theories with truth.” x Diagnosis of man) નવા નવા વાદો એ જ સત્ય અને દિન પર દિન કંઈક નવીનતા એ જ પ્રગતિ એ આ જમાનાની બિલ્લિહારી છે. થોડા રોજ પહેનાં ‘ટર્મ્સ’માં “આર્થ્રાઈટીસની રામચાણુ દવા” હિપર લખાણુ હતું. પોતાને પ્રગતિશાળી માનતા એક સદ્ગૃહસ્થ તેનાં વખાણુ કરવા લાગ્યા, “આ લોકોની શોધોથી તો હવે જગતમાં રોગો જ નહિ રહે” એમ તે જોત્તવા લાગ્યા. જાપાંવાળાના ગમે તેવા સ્ટેટો આજે સત્યની કિપાસના

મનાય છે । જે દવાઓના ગુણદોષ કોઈ જાણતું નથી તે પહેલાં વિધાયતી છાપા અને એજન્સીઓ તેનો જખરો પ્રચાર કરી લવ-જનાને મોહમાં નાખી દે છે હિન્દુસ્થાન આનો સૌ પહેલા ભોગ અને છે પગપ્રત્યયનેય બુદ્ધિવાળા આપણે મૂઢો છીએ એ જ એવું કાણુ છે વિવેકમ્મટોનો વિનિપાત લત્કરિએ વીક ગાયો છે દિંદના ડોક્ટરોને સર જહોન વર્ટુફે “ ઇંગલેન્ડના માનસિક પુત્રો ” નું ખિસ્સા આપ્યું છે તે સાચું નથી શું ?

ક્ષયની પ્રચલ હોસ્પિટલો સરકાર સ્થાપવા લાગી છે. ૫૦૦ અને ૧૦૦૦ પધારીઓવાળી । કારણુ યુરોપ અમેરિકામાં ક્ષયની આટલી પધારીઓ અને હોસ્પિટલો છે ત્યારે હિંદમાં નહિ જેવી જ પધારીઓની વ્યવસ્થા છે । યુરોપઅમેરિકાનું સામાજિક અને આર્થિક જીવન જ આપણાથી તદ્દન નિરાણું છે તેમના ખોરાક આમોહના મરકાર બધા જ નિરાળા છે આપણે તેની કોપી શે કરી શકીશું ? લોકોને શુદ્ધ દૂધથી આપનાના પ્રગથો કોઈ કરતું નથી અને આવી ગળ્ગર હોસ્પિટલો બાધે ક્ષય શું અટકવાનો છે ? અમેરિકામાં જે જાતની ગળ્ગર રકમ આશરે મિત્તેર કરાડ ડોનર દર વર્ષે મેડિકન ખાતે માટે ખર્ચાય છે તેની સરખામણી હિંદ કરના જશે તો મરે નહિ ને માફ તો પડમે જ. બોર કમિટીની અમલ્તે રૂપિયાની યોજના આ લખતી વખતે મારી દષ્ટિ સમક્ષ તરતરે છે. પશ્ચિમના અધ અનુકરણુ વિના આ બીજું શું છે ? મોટી હોસ્પિટલો ખોલે રોગો અટકે છે એ ખ્યાન તદ્દન જૂનલરેયો છે. અરે આ હોસ્પિટલોનો સાચો લાલ પણુ ગરીબોને કે સાધારણુ સ્થિતિવાળાને ક્યા મળે છે ? અમેરિકામાં આટલાટલી ગળ્ગર હોસ્પિટલો અને લાખોની સખ્યામાં નસોં વગેરે હોના છતાય ‘ degenerative diseases-જીવનનો હાસ કરનાર રોગો ફૂટે ને જૂમકે વધતા જાય છે. અમેરિકાની બધી હોસ્પિટલોના દરદીઓ કરતા માનસિક હોસ્પિ-

and better factories for pharmaceutical products. It depends entirely on imagination, on observation of the sick, on meditation and experimentation in the silence of the laboratory." P. 292. માનસિક રોગોથી બચાવના માટે આપણી મરકાર શુ કરે છે ? બિલટી ચિંતાઓ દિન પર દિન વધે એવો વ્યવહાર ચાલી રહ્યો છે. અને માનસિક કચ્ચરધાણ એના જોતું કરુણ બીજુ કશું જ નથી. અને Imagination કલ્પના-કયા છે ? અને Meditation-ધ્યાનધારણા-કયા છે ? એનો તો આજે ઉપકાસ થઈ રહ્યો છે. આ જ એલેક્ઝિસસ ડેરોન કહે છે, " In the absence of concentration, intelligence is unproductive. Once disciplined it becomes capable of pursuing truth " ધ્યાનધારણા સિવાયની શુદ્ધિ એ હંમેશા વન્ધ્યજ રહે છે. આ જ શુદ્ધિને જો સમાધિદ્વારા પૂત કરવામાં આવે તો પુનિત ધ્યેય એ શુદ્ધિ પછી 'સત્ય' જોઈ શકશે.

આજે જે ચાલી રહ્યું છે તે જોઈને ચિત્તને એક થાય છે. ગરીબ દેશના કરોડો રૂપિયા જરા પણ વિચાર વિના પરદેશીઓને આપનામાં આવે છે અને રમી જેવી લાચંકર વસ્તુઓના હિંદના નિર્દોષ જુવાનો ઉપર પ્રયોગ કરવામાં આવે છે ।



## ૨૩ : વૈદ્યકીય વિદ્યાર્થીઓની ચોગ્યતા

આ યુગ જડ યંત્ર નેવો છે. બધું જ યંત્ર માફક ચાલી રહ્યું છે. દર વર્ષે નવી શાળામહાશાળાઓ ખોલાય છે, વિદ્યાર્થીઓ ત્યાં ભણે છે. પરીક્ષાઓ લેવાય છે, ગોળખૂપટ્ટી આપે છે, પરીક્ષાઓ પાસ કરાય છે. હજારો વિદ્યાર્થીઓ પ્રતિવર્ષ બહાર પડે છે, નોકરીએ વળગે છે અને ખીજા વ્યવસાયોમાં પડે છે. શણની મિલમાંથી શણના ઢાથળા તૈયાર થઈ નીકળે છે તેમ આજની નિશાળોમાંથી વિદ્યાર્થીઓ નીકળે છે, રવીન્દ્રનાથ ટાગોરે એને કતલખાનાં કહ્યાં છે. લાખો વિદ્યાર્થીઓ યંત્રવત્ બહાર પડતા જાય છે. યંત્ર ચાલવું જ નોંધ્યું, એને ખોરાક મળવો જ નોંધ્યું. યંત્રની પેદાશ એ આજની ઓલાદ.

યંત્રવાદ સાથે શિસ્ત, નિયમો વગેરે ઢોલું જ નોંધ્યું. સંસ્થાઓ એટલે જ સાર્વજનિક નિયમ. નિયમને વશવર્તી બન્યા સિવાય યંત્ર ચલાવવાં મુશ્કેલ બને. યંત્રની પેદાશ એટલે યંત્રવત્ જીવન-પ્રાણુહીન નિસ્તેજ જીવન. આજની કેળવણીનો ફક્ત આપણે નોંધ્યું છીએ એ નિઃસત્ત્વ નિર્માણ્યતા, લઘુતા, ક્ષુદ્રતા, પામરતા, ઉદ્દેશહીન જીવનયાત્રા, જીવન પાથેય સિવાયની એ યાત્રા-પ્રાણુનો ઓટ.

પ્રથમ વિદ્યોપાર્જન પાછળ વિશિષ્ટ પ્રયોજન-ધ્યેય હતું. 'સા વિદ્યા યા વિમુક્તયે।' મુક્તિ સાધે તે જ વિદ્યા. તે અગ્નિ, જડતા, તમસ, માયા વગેરેમાંથી જીવનને છોડાવે. ધર્મરાશિમુખ બનાવે, અભીપ્સા જન્માવે એ વિદ્યાનું પ્રયોજન હતું. જીવન સમગ્રતા વિના જીવનનાં શાસ્ત્રો ભણે શું વળે? આ જીવન સમજવા માટે જીવન્ત ગુરુઓ હતા. ગુરુઓનું સાંનિધ્ય જીવનને ઊર્ધ્વમુખી બનાવતું. જીવન્ત ગુરુઓ જીવનની સમસ્યાઓ સમજાવતા અને વિદ્યાર્થીઓના પ્રાણુને

અનસૂયક શબ્દ ધ્યાન ખેંચે છે, એટલે ગુરુશિષ્ય બન્ને અનસૂયક નોંધે. વૈદ્યકનો ધર્મ કરનારે તો ખાસ કરીને આ ગુણ-કેળવવાની જરૂર છે

અકોપનં—જોતજોતામા ચિડાર્ જનારો અધ્યાપક ન હોવો નોંધે.

સ્લેશક્ષમં—મુનાગી જિદ્દગી જીવનારો નહિ, પણ ખડતલ જીવન જીવનાર એવો આચાર્ય હોવો નોંધે બહુ હોશિયાર First class scholars—મોટે ભાગે પ્રમાદી અને આળસુ હોય છે બુદ્ધિ-મત્તા સાથે આળસુ જીવનનો યોગ સમાજવિરોધક બને છે "A lazy man possessed of brain is dangerous." એક નિદાનનું આ વાક્ય ધણુ જ અર્થવાળું મને લાગે છે.

શિષ્યવત્સલમ્—વિદ્યાર્થીઓને પોતાના પુત્રો માફત ગણનાર આચાર્યના જીવનમા પ્રેમનો સ્રોત હશે તો જ તેના પાણી જીવે જીડી શકશે અને શિષ્યોને લિજવી શકશે વિશુદ્ધ જીવન જીવીને આત્મ-કથનો જેને અનુભવ થયો હશે તે જ 'પ્રેમ'થી સૌ શિષ્યોને ખાવિત કરી શકશે.

શાપનસમર્થમ્—પોતે બહુતો હોય તેટલાથી તે આચાર્યપદ માટે યોગ્ય હરતો નથી. M A ; B T થયો એટલે તે આચાર્ય માટે યોગ્ય હરે છે, પરંતુ ખરા શિક્ષકો બધા થઈ શકતા નથી. વડોદરા હાઈસ્કૂલમા એકાદ વાડિયા, સયાજી હાઈસ્કૂલવાળા સ્વ. શ્રોત્ર અને મુનર્ધવાળા પ્રે. વાડિયા જેવા શાપનસમર્થ અધ્યાપકો બધા થઈ શકતા નથી શીખવવાની એક કલા છે અને તે ઇશ્વરદત્ત હોઈ બધાને વરતી નથી. પોતે સકલશાસ્ત્રવેત્તા, પર્યવદાત શ્રુતવાન હોય પણ સાથે શાપનસમર્થ ન હોય તો આચાર્યપદ માટે એની વરણી ન થવી નોંધે.

આવો ગુણુસ પન્ન આચાર્ય જ, મેઘ જેમ શરય ગુણોથી સુદેવોને શોભાવે છે તેમ વૈદ્યગુણોથી સુશિષ્યને શોભાવનાર



બનશે. ( ચરક વિ. ૮ ) પરંતુ મારે લખવું છે વૈદ્યકીય વિદ્યાર્થીઓની યોગ્યતા ઉપર અને મેં લખી નાખ્યું 'આચાર્યપરીક્ષા' ઉપર ! વાંચકોની ક્ષમા ચાહું છું.

ચરકસંહિતામાં શિષ્યો કેવા હોવા જોઈએ તેનો સુંદર ફકરો આપેલો છે. લંબાણુલયને લઈને અહીં તે નથી આપ્યો. પ્રશ્ન એ છે કે આપણે આયુર્વેદ મહાવિદ્યાલયોમાં કેવા વિદ્યાર્થીઓ લેવા જોઈએ ? ઈન્ટર સાયન્સ, મેડિક પાસ કે મધ્યમા પાસ આ આજની યોગ્યતા માટે બસ ગણાય છે. પરંતુ ખીજ લાઈનો માટે ગમે તેવા વિદ્યાર્થીઓ લેશે લેવાય પરંતુ આયુર્વેદ જેવા જીવન સાથે સંબંધ ધરાવનારા શાસ્ત્રનો અભ્યાસ કરનારાઓમાં આથી વિશેષ જોવું જોઈએ.

જેમ બધા ઉત્તમ અધ્યાપકો થઈ શકતા નથી તેમ બધા ઉત્તમ વૈદ્યો પણ થઈ શકતા નથી. વૈદ્યમુલોથી યુક્ત એવા વૈદ્યો તો જૂજ જ થાય છે, બાકીના ગમે તે પ્રકારે પોતાનું ગાડું હંકારી રાખે છે. આજે ચિકિત્સાવ્યવસાયની જે દશા જેવામાં આવે છે તે જોતાં કોઈ વિશેષ લાયકાતવાળા વિદ્યાર્થીઓ આપણે લેવા જોઈએ એમ મને તો લાગ્યા જ કરે છે. બાકી ડિગ્રીઓ આપીને આપણે સમાજનો વિશ્વસ નોતરી રહ્યા છીએ એમ જિંડે જિંડે મને લાગ્યા જ કરે છે.

મારા આ મતનું સમર્થન મને ૧૯૪૦ માર્ચ શનિવારના 'જર્નલ ઓફ અમેરિકન મેડિકલ એસોસિએશન' ના વિદ્યાર્થીઅંક (Student section) માંથી મળી આવ્યું છે: "Some criteria on the selection of medical students" એ નામનો લેખ Irving S. Gutler: M. D. એ લખ્યો છે. આ લેખકને પણ આજની વિદ્યાર્થીઓમાંથી પ્રતિવર્ષ હજારો ચિકિત્સકો બહાર પડે છે, જેમાંના ઘણા ચિકિત્સા જેવા પવિત્ર વ્યવસાયને માટે યોગ્ય જ નથી હોતા; જેમનાં કાર્યોથી, સમાજમાં એક વખતે

ને ધંધાની પુનિત પ્રતિષ્ઠા હતી અને આજે એટલી જ કુત્સિત અનેદશા-અવમાનના થવા લાગી છે તે માટે ખેદ થયેલો છે.

વિદ્યાર્થી વિદ્યાસમાપ્તિને અતે દિવ્વ અથવા ત્રિજ યાપ છે એમ ચરકમા કહેવામા આવ્યું છે. આજના વિદ્યાર્થીઓને જે આપણે દિવ્વ માયા અર્થમા બનાવી શકીએ તો જ તેનું સાચું છે. પરંતુ પ્રથમ ગુરુશિષ્યની યોગ્યતા તપાસીને-જણીને અમુક જ શિષ્યા લેતા. પરિણામે એ સુયોગ્ય શિષ્યો વિદ્યાને શોભાવતા. આજે તો આવું કંઈ ધારણુ રહ્યું જ નથી. માર્ક્સ સારા આવ્યા હોય તો તે સહેલાઈથી કોસેજમા પ્રવેશ પામે છે. લોહીના સંસ્કારોને મદાવિદ્યાસમનું શિક્ષણુ એ કુ જ બાંધી શકે છે? મોટે ભાગે વિદ્યાર્થીઓ બહુ કાદ્ય કે વિદ્યાવ્યાસંગી નથી આવતા. એધી ખીચું કંઈ નહિ તો બ્યારે તેઓ મદાવિદ્યાસય છોડીને અથ ત્યારે આવ્યા તેના કરતા ખરાબ થઈને તો ન જ જાય એ જોવાની તો આપણી ફરજ પડીને?

તો પ્રશ્ન થશે કે લાયકાત શી : શી રીતે જોવી? ચારિત્રનું માપ શું? પ્રશ્ન બગાડે છે. ચારિત્રની વ્યાખ્યા બાંધવી પણ મુશ્કેલ છે. પરંતુ આ વિષે ચરકે શિષ્યની યોગ્યતા જોવાનાં સૂચનો કરેલાં છે તે ધ્યાનમાં લઈ આપણે એ તરફ જોઈ દિશામુખન મળતું હોય તો જોઈએ. વિદ્યાર્થી કેવો જોઈએ તે સંબંધી ચરકના શબ્દો પ્રશાન્ત, આર્યપ્રકૃતિક, અમુદ્રકર્મા. આર્થ શબ્દનું પરિબલ યાદ કરવા જેવું છે. આર્થ એટલે મુસંસ્કૃત મનુષ્ય. a perfect type of civilized being. એના પ્રત્યેક કર્મમાં એનો આર્થ સ્વભાવ જણાઈ આવતો હોય ક્ષુદ્ર કામ કરનારો ન હોય. જૂએ મરે પણ દરદીઓ પાસેથી ચેનકેન પ્રકારેણુ પૈસા પડાવનાર ન હોય.

હવે બાહ્ય આકૃતિ જે ખરી રીતે આંતર સ્વભાવની ઘોનક છે તે સંબંધી કહેવામાં આવે છે. જીભ પાતળી લાલ અને સ્વચ્છ હોય. અવિરુદ્ધદન્તોષ્ઠમ્ દાંત અને ગ્રોહ સુંદર હોય.

ધૃતિમાન્, અનહંકૃતં, મેઘાચિન્નં ચિત્તકસ્મૃતિસંપન્નમ્,  
 ઉદારસત્ત્વં, તદ્વિષ્ણુકુલજમ્ અથવા તદ્વિષ્ણુત્ત્વં—વૈધના  
 કુલમાં જન્મેલો કે આદર્શ વૈધને જાગે એવા ચારિત્રવાળો.  
 તત્ત્વાભિનિવેશિન્—જીવનના અચુક આદર્શો, ધ્યેય ઇત્યાદિ તરફ  
 જોતો અભિનિવેશ attachment હોય. શીલશૌચભાષાચારઅનુરાગ-  
 દાક્ષ્યપ્રાદક્ષિણ્યોપપન્ન—શિલ્પ—ચારિત્ર; શૌચ—બાહ્યાન્તર પવિત્રતા;  
 આચાર conduct-behaviour; અનુરાગ પ્રેમાળ; દાક્ષ્ય—કાર્મ પશુ  
 ક્ષણે પોતાનું કામ કરવામાં તત્પર; અલુબ્ધ—અનલસ—લોભિયો નહિ;  
 આળસ વિનાનો; સર્વભૂતહિતૈષિણં—સર્વભૂત—પ્રાણીમાત્રના હિતની  
 એપચ્છાવાળો.

ઉપરોક્ત શિષ્યપરીક્ષામાં ધણું કહેવામાં આવ્યું છે.

(૧) વિદ્યાર્થીનું કુલ Heredity જાણવાથી ધણું જાણવાનું  
 મળી રહે. જેના કુલમાં સદાચાર, દયા, પરોપકાર ઇત્યાદિ સદ્ગુણો  
 જાણીતા હોય તે કુલમાંથી વિદ્યાર્થી લેવો જોઈએ. કુલના સંસ્કારોનું  
 પરિબલ ખાસ લક્ષ્યમાં લેવું જોઈએ. કુલવાન સાથે તેનું પોતાનું  
 વૃત્ત—ચારિત્ર ધણું સારું જોઈએ. તદ્વિષ્ણુકુલજ અને તદ્વિષ્ણુત્ત્વ આ  
 બન્ને શબ્દો પાછળનો ભાવ આગ્રુવ શિક્ષક સંસ્કારોની જીવન ઉપર શી  
 અસર થાય છે તે બતાવવા બસ છે.

(૨) અનહંકૃત—Intense humility.

(૩) સર્વભૂતહિતૈષિણ—Intense humanity. પ્રાણીમાત્રના  
 આત્માને પોતાના આત્મા તુલ્ય માનનાર; સર્વભૂતાત્મશૂતાત્મા.

(૪) મેઘાવી, ચિત્તક અને સ્મૃતિસંપન્ન, ઉદારસત્ત્વવાળો,  
 Cultural Instincts વાળો. વિદ્યાળ વાંચન, અનેક શાસ્ત્રોના  
 પરિચયની જિજ્ઞાસા.

(૫) મુખ, નાસા, હોઠ, જીભ વગેરે જેનું અવિદ્યુત હોય,  
 ૧-વિદ્યાર્થીઓનાં શરીર સુડોળ, અધરોખ્ણ હાથ, નાક સીધું, જીભ

પાતળી રતાશ લેતી, આ લક્ષણો એના ચારિત્ર્ય Character સાથે સબંધ ધરાવનારા છે.

વૈદ્ય નિઘાર્યાનું વાચન વિશાળ ભ્રમજી વૈદ્યકશાસ્ત્ર એવું છે કે અનેક શાસ્ત્રો સાથે નિકટનો સબંધ છે સમાજશાસ્ત્ર, અર્થશાસ્ત્ર, રાજકારણ, ઇતિહાસ, પુણ્ય-પુરાતત્ત્વ, કાવ્ય, સાહિત્ય, કલા, રચાપત્ય, રમ-મીમાંસા, સાહિત્ય-આબધા વિષયોનો એને જોખ હોવો ભ્રમજી. "Medical man who is all cold crystalline science is like a body without soul." કેવળ વૈદ્ય જ કરી બાણનારો, ખીગ્ત શાસ્ત્રો સાથે જગકેય નિરખત વિનાનો વૈદ્ય સમાજમા માન પામતો નથી વૈદ્યનો અર્થ જ માનવાન એવો છે. વૈદ્ય વિદ્વાન અને બહુબ્રુત જ ભ્રમજી.

આયુર્વેદનો પાર નથી આયુષનો પાર પમાતો હોય તો આયુર્વેદનો પમાય. આયુર્વેદ સાથે દણ શાસ્ત્રોનો સબંધ છે આબધા શાસ્ત્રોનો તેને પરિચય હોવો ભ્રમજી "The healing art needs all talents, a composite of intellectual power." એક વિદ્વાન ચોગ્ય જ કહે છે કે- "Built as it is on many branches of science using every atom of knowledge that can be harnessed the only hope that medicine has for permanence lies in well merited public confidence, otherwise we may become mechanics, record clerks and laboratory technicians with the punch card system disgorging the diagnosis and indicating treatment of our plan of selecting medical students is weak because of shortsightedness, we are drifting into a system." આયુર્વેદનો પ્રજમા વિશ્વાસ ફેલાવવો હોય તો વૈદ્યો પોતાના ગુણોનો, આત્મસ પરિનો વિકાસ કરવો ભ્રમજી Hea

and Head both—ભાવના અને વિદ્યા બન્નેથી અલઘ્ટ વૈદ્ય સમાજમાં ગૌરવવન્તું સ્થાન પામી શકશે. કોઈનું અંધ અનુકરણ નહિ, પરંતુ પોતીકું જે સારું હોય તેનો સમજપૂર્વકનો ઉપયોગ કરતાં તેને આવડવું જોઈએ. પશ્ચિમનું અંધ અનુકરણ આપણને યંત્ર જેવા જડ અને પ્રાણહીન ‘સિસ્ટમ’ જેવા બનાવી મૂકશે. ભારતીય આત્મા અને પશ્ચિમની કાર્યપદ્ધતિ—આ બન્નેનો સુમેળ જે સાધશે એ સમાજમાં જરૂર પૂજાશે જ.

વૈદ્યક વિદ્યાર્થી ‘આય’પ્રકૃતિ’ વાળો હોવો જોઈએ. ડૉ. પ્રવિંગ કહે છે—“Does the student possess what is termed fundamental honesty and integrity? If he lacks sound moral worth, the effort expended on him will be worse than wasted. **We may be guilty of endorsing with a diploma a menace to society.**”

પ્રમાણિકતા, સત્યાર્થ, સહૃદયતા—આ ગુણો જે વૈદ્ય થનાર વિદ્યાર્થીઓમાં ન હોય તો, એવા ઉપર મહેનત કરવી એ ધૂળ ઉપર લીપણ જેવું લેખાશે, અને એવા અપ્રમાણિક ચિકિત્સકોને આપણે ડિગ્રી આપી સમાજમાં છુટ્ટા મૂકીશું તો સમાજનો વિપ્લવસ ચોક્કસ જ આવશે. આ જ ડોક્ટરના અંતિમ શબ્દો આ રહ્યા:—

‘More than any other, the medical adviser must personify honour, steadfastness and truth for every sick individual is a trust that cannot be betrayed.’

અર્થે માટે નહિ, કામ માટે નહિ, પરંતુ ધર્મ માટે ચિકિત્સકે ચિકિત્સામાં પ્રવૃત્ત થવું જોઈએ. જીવિતદાન જેવું ખીણું એકેય મહાપુણ્ય નથી. પૈસા કમાવા હોય તો આ ધંધામાં ન જ પડવું જોઈ.

આપણામાં 'સ્વચ્છસંપત્' હશે તો ભગવાન યોગદ્વેષ જરૂર વહન કરશે જ એવી નિષ્ઠા રાખવી જોઈએ. આ ધધામા લગાડગીરીને સ્થાન ન હોય. દરીદ્રાર્થ, અસૂચા, આતુર-દોહન, ભોગવાસતા આ બધું ચિકિત્સક યનારમા ન હોવું જોઈએ. ડોક્ટરનું અનુકરણ લેવાએ કરવા જેવું નથી. આયુર્વેદનો પ્રાણ જુદો છે. એની પાછળ જીવન્ત ભાવના છે. ડોક્ટરી વિદ્યા યત્રવત્ જડ છે, એમાં ભાવના નથી. એમા જે વધુ પેસે કમાય છે તે વધુ મોટો ગણાય છે, આપણામા ત્યાગ અને સન્યાસથી મોટાર્થ મપાય છે. (હાલ નથી મપાતી એ જુદી વાત છે. આદર્શ તો આપણો એ જ છે.) જૂતદયાએ પરમધર્મ છે એમ માનનાગએએ જ આ લાઈનમા પડવું જોઈએ. આવા જ વિદ્યાર્થીઓની વરણી થાય તો જ આયુર્વેદવિદ્યા વીર્યવતી બનશે.

વિદ્યાર્થી મેધાવી હોવો જોઈએ તેની માથે તે ખડતલ, ઉલોગી હોવો જોઈએ. પ્રમાણિકતા, સ્વમાન, દયા, શિષ્ય જીવનની અભિલાષા, મંતર શાસ્ત્રોનું અવગાહન આ બધું જોઈને જ વિદ્યાર્થીઓ લેવાવા જોઈએ.

આગળ ગુરુઓ વિશે વક્તવ્ય આવી ગયું છે. આવા વિદ્યાર્થીઓ જોઈતા હોય તો ગુરુઓએ પણ પોતાની અખ્યાત્મ-સંપત્ વધારવી જ પડશે. ડોક્ટર થવું એ મને સહેવું લાગે છે, પરંતુ લૈલ થવું એ લખું મુશ્કેલ કાર્ય છે. વૈદ્યને ઉલ્લસવિદ થવાનું છે, આત્મસંપત્ ખીલવવાની છે. સર્વજૂતહિતેષી થવાનું છે. આ બધું તપ, તિતિક્ષા, આજ્ઞ, અનસૂયા મત્યાદિ ગુણોની અપેક્ષા રાખે છે.

ગુરુઓએ ગૌરવવન્તું સ્થાન મેળવવું હોય તો તેઓએ 'યોગી' થવું જોઈએ. 'યોગી' શબ્દથી લડકચાતું પ્રયોજન નથી. કૌશલ્ય, ચિત્તવૃત્તિનિરોધ, આ બે સિવાય કોઈને ખરી મહત્તા મળી છે ખરી ? (Genius means 90 p. c. perspiration and 10 p. c. inspiration. મહાનુભાવતા એ તપ માગે છે તપમાંથી નિષ્પન્ન

ચતી શક્તિઓના અવિભાવ સિવાય આજના યંત્રવત્ જીવનમાં પ્રાણ નહિ જ આવે. આવા ગુરુઓ શિષ્યોના પિતાતુલ્ય, માતાતુલ્ય અને પૂજ્ય બનશે. પિવેકાનંદ જેને 'Quickening impulse' કહે છે તે જો ગુરુમાં નહિ હોય તો વિદ્યાર્થીઓમાં પણ ઉદાત્ત ગુણોની ખીસવણી નહિ જ આવે.

ભગવાન ભારતભૂમિમાં સાચા ગુરુઓ અને પ્રાણુવાન શિષ્યો અગણ્ય. આજની અમારી પાંચ દશામાં બન્નેની ખૂબ જ જરૂર છે.



## ૨૪ : ગુજરાતની વનસ્પતિઓ

### વનસ્પતિઓના મહિમા

ધર્મસૂત્ર કહે છે : 'Trees are imperfect men.' અર્થાત્ વૃક્ષો એ અપૂર્ણ માનવીઓ છે. આપણા પ્રાચીન ઋષિ-મુનિઓને તરુમહિમાની મારી પિછાન હતી. 'તરુ' શબ્દ જ કેટલો અર્થપૂર્ણ છે ! તરન્તિ આપદં અનેન ક્ષતિઃ તરુઃ. અર્થાત્ જેના વડે મનુષ્યો દુઃખ તરી જાય એ તરુ-અહ. આ એક જ અર્થમાં તરુમહિમાના અનેક અંશોનો નિષ્કર્ષ આવી જાય છે.<sup>૨</sup>

હિંદુ સંસ્કૃતિનો વિસ્તાર વૃક્ષપ્રચૂર વનમાં થયો છે. કવિવર રવીન્દ્રનાથ ટાકુર હિંદુ સંસ્કૃતિને 'તપોવનની સંસ્કૃતિ'<sup>૩</sup> કહે છે

૧ અમરકોવના ટીકાકાર હીરસ્વામીએ આ વ્યાખ્યા આપેલી છે.

૨. એક અંગ્રેજ ગ્રંથકર્તા પણ વૃક્ષો માટે નીચેના ઉદ્દેશોનો ઉલ્લેખ કરે છે. "Soil formers, soil fixers, soil improvers, preventers of floods, sanitary agents, suppliers of natural blessing, and beautifiers of the earth."

૩ મુખે 'Message of the Forest' નામનું એમનું સનનીય વ્યાખ્યાન.

અને તે યોગ્ય જ છે. જોટલું હોયું ત્યાં જુદોને હિંદુ સાહિત્યમાં અપાયેલું છે એટલું બીજી કોઈ પણ પ્રજાના સર્વે હત્યમા અપાયેલું નથી. અને હોય પણ કયાથી? બીજી પ્રજાઓની સંસ્કૃતિનો વિસ્તાર વનમાં નથી થયેલો. મદની માદક ગ્રેયને નહિ પણ વીરની માદક શ્રેયને જ હચનારા આર્યો જીવનરહસ્યના અટપટા કોયડા ઉઠેલવાને વનમાં જ સિધાવ્યા હતા. હિંદુ સંસ્કૃતિનું ચિત્ર જ્યારે કોઈ કલાકાર દોરશે ત્યારે તેને વન વિના નહિ ચાલે.

પતિથિ પધારે ત્યારે તેની કુશળતા સાથે જુદોની કુશળતા પણ હિંદુ કવિઓ જ પૂછે. વરતંતુસિંધ્ય કૌતસને કુશલ સમાચાર પૂછતાં રધુ 'ઋતનિવિશેષ આશ્રમપાદ્યો'ની ખબર પૂછે છે.૪

અને જુદોને વંદન પણ હિંદુ કવિઓ જ કરે.



જર્મન, ગ્રીક અને રોમન જેવી પ્રાચીન પ્રજાઓ પણ વૃક્ષોની લક્ષ્ય હતી. પ્રાચીન જર્મન કાયદામાં આડની હાલ ઉતારનારને દેહા-તદંડની શિક્ષા કરમાવવામાં આવતી. ગ્રીક અને રોમનને મન પવિત્ર એવા સાઈપ્રસ વૃક્ષના કોઈ પણ અંગનું છેદન કરનાર વ્યક્તિને આકરામાં આકરો દંડ ભોગવવો પડતો. રોમના ફોરમમાં-રોમન સંસ્કૃતિના કેન્દ્રસમા સ્થળમાં-રોમની સ્થાપના કરનાર રોમ્યુલસે અંછરનું આડ વાળ્યું હતું. ત્યારે એ આડ કરમાઈ ગયેલું ત્યારે આખી પ્રજા વિચારમાં પડી ગઈ હતી. દિનલેડમાં કેટલાંક વૃક્ષો અદ્યાપિ પવિત્ર મનાય છે.

### વર્તમાન પરિસ્થિતિ

પણ અત્યારે આપણાં વનોની-વૃક્ષોની શી દુર્દશા છે! અદ્વિ-તનયાએ પોતાના હૃદયનો રસ પાઈ ને દેવદારુને ઉછેર્યું હતું. હાલ વૃક્ષારોપણ માટે આવી ધગશ કોનામાં છે! વૃક્ષની હાલ ખરાબ રીતે ઉત્તરડાયેલી જોઈને ગૂજરાતના વનસ્પતિશાસ્ત્રી સ્વ. જયકૃષ્ણ-ભાઈની આંખોમાં આંસુ ઊભરાતાં આ લેખકે પ્રત્યક્ષ જોયાં છે. પણ ફોરેસ્ટ ઓફિસરોને કે અન્ય કોઈને એની કશીયે પડી નથી. અત્યારે પ્રતિવર્ષ લાખો આડો કપાઈ રહ્યાં છે, લીલોત્તમ દેશ-શરય સ્થામલ ભારત-આજે ઉજ્જડ બનવા લાગ્યો છે. પંચ-મહાલના ધાર્તા જંગલો હાલ ક્યાં છે? પાવાગઢની વિપુલ વૃક્ષરાજિ અત્યારે નથી એમ કહું તો કોઈ અત્યુક્તિ ન ધારે. ડાંગનું વિશાળ જંગલ કોઈ કુશળ વનરક્ષક વિના આંખરાના જંગલ જેવું ભાસે છે. જે આખામંડળમાં ગુગળનાં લાખો આડ અને કંટાળા યોરનાં વન હતાં તે આખામંડળમાં હાલ દાતણો કરાંચીથી સ્ટીમરમાં આવે છે! કાઠિયાવાડ અને કચ્છ વૃક્ષહીન થયાં છે! વનવિદ્યા (Forestry) ના એકાદ નિષ્ણાત લક્ષ્મીની ગૂજરાત રાહ જોઈ રહ્યું છે. ગૂજરાતની વનશ્રી ખંડિત થઈ છે. ગૂજરાત-કાઠિયાવાડનો દરિ-

યાદીનારો કેઇ કુશળ marine engineer વિના કદરપો દીસે છે. આપણા રાજ્યોને અને શ્રીમંતોને આખો જ કયા છે કે તેઓ આ સંહારલીલા જુઓ અને વિચાર કરે ! શિકારના શોખીન રાજ્યો પણ હવે કયા રહ્યા છે કે તે નિમિત્તે પણ જંગલો સચવાય !

### વૃક્ષારોપણ

“આપણા પ્રાચીન ઋષિઓએ પંચમહાભૂતોમાં પાથિંવ તત્ત્વને પ્રધાનપદ આપ્યું છે. કારણ એના ઉપર જ સર્વ સૃષ્ટિનો આધાર છે. પરમ ભૂત-પાથિંવ તત્ત્વને એક છેડે માટી છે અને બીજે છેડે મનુષ્ય છે. આ નિર્જીવ પૃથ્વી સજીવ પ્રાણીઓને અને સર્વશ્રેષ્ઠ માનવજાતને અન્ન આપે છે. એ જીવનવિહીન પૃથ્વી અને પ્રાણી વચ્ચેનો સેતુ વનસ્પતિ-ઔષધિ અને વૃક્ષ છે. સર્વ પ્રાણીઓ પૃથ્વીનો રસ લઈને જ જીવે છે, પણ એ બધા રસ વનસ્પતિદ્વારા મળે છે. જો વનસ્પતિદ્વારા એ ન મળે તો સીધી રીતે પૃથ્વીને ચૂસીને પોતાનું જીવન નિભાવી શકે એવી પ્રાણીઓની અને મનુષ્યની શક્તિ નથી. ફળ, મૂળ, ઘાસ, ગાયનું દૂધ એ બધાની ઉત્પત્તિ વનસ્પતિમાંથી જ છે—પૃથ્વીમાતાનો પ્રાણુરસ, વનસ્પતિદ્વારા લઈને પોતાનું જીવન ચલાવે છે.

“પરંતુ એ વનસ્પતિનો આપણે આહાર દ્વારા જ નહિ પણ બીજાં - સંહારકાર્યોથી નાશ કરીએ છીએ, અને એ નાશના પ્રમાણમાં આપણે એનો ઉઠેર કરતા નથી. આપણાં ઘર, ઇંધન વગેરે વનસ્પતિમાંથી જ મેળવીએ છીએ. જે જે દેશોમાં અરણ્યો નષ્ટ થયેલાં છે તે તે દેશોમાં વૃષ્ટિ ઓછી થયેલી છે. એ દેશના પાંડિતોએ તેમને ચેતાવેલા કે તમો વનસ્પતિનો ઉઠેર કરો, નહિ તો વરસાદ ઓછો થવાને લીધે સમસ્ત દેશ મરુભૂમિ થઈ જશે—એ તમારું મૃત્યુસંકટ છે. એમણે આ મૃત્યુસંકટ ટાળવાના ઉપાય તરીકે ત્યાંના વિદ્યાવધના ધર્મીઓને પ્રત્યેક વર્ષે એકેક વૃક્ષ રોપવાની સૂચના કરી અને

પ્રજનમાના દરેકને ઉત્સવ પ્રમદે એકેક આ રોપવાનો નિયમ હરાબો આમ અનેક પ્રકારે વનસ્પતિની પુનઃપ્રતિષ્ઠા થનાથી, એ દેશમાં વરસાદ પાડો વધવા લાગ્યો છે આપણે પણ અત્યારથી સાધના નહિ થઈ એ તો આપણું મૃત્યુ સમીપ આનતું જાય છે રાજપૂતાનાની પાસેનું પ્રહ્લાવર્ત—સરગ્વતી અને દશાત્રીની વચ્ચેના અહાવ ૧-૫૬વા નદી અને વનસ્પતિઓથી ભરેલું હતું અને તેથી જ અહાવનને આર્યાવર્તનું મુખ્ય સ્થાન ગણેલું છે તેને સમસ્ત તીર્થોમાં આદિતીર્થ ગણેલું છે પરંતુ જગતનો નાશ કરવાથી તેજ પ્રહ્લાવર્ત આજ મરુભૂમિ થઈ પડ્યું છે એ રહે મટેમાણા અને કોનાપયત આક્રમણ ક્યું છે અને અહીં પણ ધીરેધીરે વૃદ્ધિ કરી થવાથી પણ આગળ વધે છે આ અવસ્થામાં મૃત્યુ ઉપર પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરવાનો મુખ્ય ઉપાય વનસ્પતિને ઉછેરવાનો છે કેટલાય દેશ મૃત્યુ ઉપર વિજય મેળવનાને કમર કસીને મહેનત કરી રહ્યા છે, અને તેમાં કેટલાકે વિજય મેળવ્યો છે જે ભારતનમાં સુવિદ્યાએ વનસ્પતિને આશ્રયે જ આશ્રમે અને મંદિરો સ્થાપેના અને સાધના કરેલી અને જે દેશમાં વનસ્પતિ પૂજ્ય ગણાય તે પવિત્ર પ્રાચીન દેશ વનસ્પતિ ઉછેરવામાં પાછળ પડશે ?

### ગુજરાતમાં વનસ્પતિઓ ઉપરનું સાહિત્ય

ગુજરાતમાં હજારો જુદી જુદી જાતની વનસ્પતિઓ થાય છે, પણ શોકની વાત છે કે, કોઈ પણ દેશી या પરદેશી નિત્રાને ગુજરાતની વનસ્પતિઓ ઉપર એક પણ પુસ્તક વખ્યું નથી યુરોપિયન વનસ્પતિશાસ્ત્રીઓએ (એકાદ જે હિંદી વનસ્પતિશાસ્ત્રીઓના અપનાદ સિવાય) હિંદુસ્તાનના ઘણાખરા પ્રાંતોની વનસ્પતિઓ ઉપર નાના મોટા ઘણા પુસ્તકો લખ્યા છે કેવિડ પ્રેમનંદુ ‘બેગાન પ્લેન્ટસ’

દુધીનું 'ગેઝેટિક ફોરા,' હર્મ-સનો 'ફોરા આફ ધી મેન્ટલ પ્રોવિન્સિસ,' ગેબલનો 'ફોરા ઓફ મદ્રાસ,' કર્નલ વેન્મગનો 'પબ્લિક પ્લેન્ટસ,' કોવેટનો 'ફોરા સીમનેન્સિઝ,' બર્કીલનો 'ફોરા ઓફ બલુચિસ્તાન,' રાયમદાદુર ઉપેન્દ્રનાથ કાળનાવકૃત 'ફોરા ઓફ આસામ,' કવેમોટ અને રોયનકૃત 'પ્લેન્ટમ ઓફ કાશ્મીર' વૉલાસ અને બર્કીલકૃત 'પ્લેન્ટમ ઓફ નેપાલ' મર્ડીલ અને મીયકૃત 'પ્લેન્ટસ ઓફ જુતાન એન્ડ સીકીમ,' મુરેનું 'પ્લેન્ટમ એન્ડ ડૂઝ ઓફ મિન્ધ,' થિયોડર દુકનો 'બોમ્બે ફોરા,' ડાઉઝેનનો 'બોમ્બે ફોરા,' નેર્નના 'ફનાવરિંગ પ્લેન્ટસ ઓફ વેસ્ટર્ન ઇન્ડિયા,' ટેન-બોટનો 'ફોરા ઓફ બોમ્બે પ્રેસિડન્સી'-વત્યાદિ સાહિત્યમા ગૂજરાતનું નામ નથી એ જોઈ કયા ગૂજરાતીને નહિ લાગી આવે? જો આપણે કચ્છને ગૂજરાતમા ગણીએ-અને તે ગણ્યુ જ જોઈએ-તો કાદર ખેટરે 'જરનન ઓફ બોમ્બે નેચરન હિસ્ટરી સોસાયટી'ના બીજા વાલ્યુમમા 'પેપર્સ ઓન ઇન્ડિયન બોટની' એ નામના લેખમા કચ્છનો ફોરા આપેનો છે એ વિદ્વાને એજ રીતે પચગીતી અને સિનોનના ફોરા લખ્યા છે બોમ્બે ગેઝેટિયરના બોટની વૉલ્યુમ ૩૫ મા 'ગુજરાત ટ્રીઝ' વિષે એક નજ્યુ પ્રકરણ છે એમા ફક્ત મુખ્ય એવા ૧૬૪ ઝાડોની નોંધ છે આ સિવાય અગ્રેજીમા કે ગૂજરાતીમા ગૂજરાતની વનસ્પતિઓ ઉપર એક પણ રસતંત્ર પુસ્તક નથી

ગિરનાર અને ગિરના જંગલોના ફોરા (ફોરા એટને સપ્રધ વનસ્પતિઓનો સંગ્રહ) હજી કોઈએ લખ્યો નથી આજુ, પાવાગઢ રાજપીપળા હિલ્સ, ડાંગના જંગલ, વામદાના જંગલ-ઓ બધાના 'ફોરા' હજી કોઈએ લખ્યા નથી આ ક્ષેત્ર તદ્દન અમુણ્ય જ રહ્યું છે આ અમુણ્ય પથ ઉપર વિજયી પ્રસ્થાન કરનાર એમના એક ગૂજરાતના ગૌરવશ્વ સ્વ જયકૃષ્ણભાઈ ધન્દજી પૂજ્ય જયકૃષ્ણભાઈએ 'બરડા કુ ગરની જડોબુટીઓ અથવા વનસ્પતિશાસ્ત્ર' અને 'કચ્છની

જડીબુટ્ટીઓ' આ બે કીમતી પુસ્તકો લખ્યા છે આ બે પુસ્તકો માટે ગુજરાત જરૂર ગર્વ લઈ શકે છે ગુજરાતના દુર્ભાગ્યે એ મહા પુરુષ હવે આપણી વચમાં રહ્યા નથી-દેવનોક પામ્યા છે વનસ્પતિના અભ્યાસ પાછળ એ મહાપુરુષે બેખ લીધો હતો

### “વનસ્પતિશાસ્ત્ર”

સ્વ જયકૃષ્ણ ઇ દ્રજીકૃત આ ચિરંજીવ અથ ગુજરાતી સાહિત્યની ગોલારૂપ છે હિંદુસ્તાનની કોઈ પણ પ્રાતિક લાપામા હજી સુધી આવેા સુદર અથ કોઈએ લખ્યો નથી આ અથ એમના વનસ્પતિશાસ્ત્રના ગાનના નિષ્કર્ષરૂપ છે એમની દરક વનસ્પતિનું વર્ણન એ વનસ્પતિ આગળ બેસીને જ લખાયેા છે પાન, ફૂલ ખીજ, પુઠેસર, સ્ત્રીકેસર સ્ત્રીકેસરાઅમુખ પરાગ-ધત્વાદિનું સૂક્ષ્મ નિરીક્ષણ આપણને આશ્ચર્યમાં ગરકાન કરે છે દૂકમાં વડ તો એ બેનમૂન અથની લીટીએ લીંગીએ ચોક્કસતા છે, અપૂર્વતા છે, રસિકતા છે ઠેટલીક સદિગ્ધ વનસ્પતિઓનાં એમાં પહેલી જ વાગ નિર્ણય થયેા નોવામાં આવે છે અગ્રેજ વિદ્વાનોનાં અથોને બુનાવે એવો આ અપૂર્વ અથ બોધને હરકોઈ ગુજરાતીની છાતી ઊઘાેા

તેમનો ખીજો અથ ‘કચ્છની જડીબુટ્ટીઓ’ એ પણ અનેક દષ્ટિએ મૂલ્યવાન અથ છે એ અથરતના મૂલ્ય હજી સુધી કોઈ ગુજરાતી ઝવેરીએ મૂન-ચા નથી ગુજરાતના એ લિનિયસને આપણા સર્વના વદન હો!

### વનસ્પતિશાસ્ત્રનો પરિચય

વનસ્પતિશાસ્ત્ર (Botany) એ ઘણ જ સુદર સાયન્સ છે સાયન્સમાત્ર સુદર છે, પણ વનસ્પતિશાસ્ત્ર જેવું રસિક, સહેનાઈથી શીખી શકાય એવું, અગત્યનું સાયન્સ ખીજું નથી વનસ્પતિશાસ્ત્રનું અતિમ ધ્યેય શું એ પ્રશ્નનો ઉત્તર એક યુરોપીય વિદ્વાન નીચે પ્રમાણે આપે છે —

“સરજનહારે સર્જેલા એક મહાન વિભાગ સાથે સ સર્ગમાં આનવું, શુદ્ધિપુર સરના અવનોકનથી તેના વિવિધ રૂપોને નિહાળવા,

દષ્ટિ અને વિવેકશક્તિનો ઉપયોગ કરીને તેના સ્વરૂપના સૌજવને શિક્ષિત મનોવૃત્તિથી નિહાળવું, તેમા રહેલા સૌંદર્યને સાચી રસ-વૃત્તિથી પિછાનવું—આ બધાને વનસ્પતિશાસ્ત્રના અંતિમ ધ્યેય તરીકે ગણી શકાય.

“ પાનનું પૃષ્ઠ<sup>૧</sup> સ્વરૂપ, પુઠેસરની મૃદુતા, ડાઠી ઉપરના નાનાં નાનાં બિંદુઓ, તે પ્રત્યેક બિંદુનું જાણવા યોગ્ય સ્હરમ, અદ્ભૂત નિયમિતતાથી થતું પ્રત્યેક વનસ્પતિનું ઘટન (Organization) અને સંવર્ધન—આ બધું જાણવા અને જોવા પછી પ્રભુના અનંત અને અગાધ જ્ઞાન માટે ખરેખરું માન અને સાચી લલિત પ્રગટે છે અને જીવન ઉદાત્ત બને છે.

“ જ્ઞાનના ઝળકારાથી અંગ્ગ<sup>૨</sup> ગયેલા આ જમાનામાં અને વધુ સ્પષ્ટ કરું તો અનેક અનુપયોગી બાજતોર્થો કલુષિત થયેલા આજના વાતાવરણમાં, વિચાર કરવાની શક્તિ જરા પણ વધી નથી છતાંયે, નાનીમોટી અનેક વસ્તુઓનો વિચાર ક્યો કરવાથી ઉત્પન્ન થતા શારીરિક અને માનસિક શ્રમને લીધે પણ આરામની જરૂર તો જણાય છે જ. આવે વખતે વનસ્પતિના સૌન્દર્યનું પાન કરવાની જેને ટેવ પડી ગઈ હોય તેવાઓને માટે તો એ ટેવ—લલત—ખરેખર વિશ્રામસ્થાનરૂપ થઈ પડે છે. ખળખળ વહેતા ઝરાઓના કલકલ નિનાદ, અગણિત પક્ષીઓનું મધુર સંગીત, પવનની લહરીથી હાલી જતાં લાખો પાંદડાંમાંથી નીપજતું સુમધુર સંગીત, ‘લીલાંજમ પલ્લવમાં દરતો વાયુ’—આ બધું શ્રમિત હૃદયને સાંત્વન આપવા માટે પૂરતું છે. પ્રકૃતિ માતા પોતાના પુસ્તકનું સ્વયં ઉદ્ઘાટન કરી તેનાં ચિત્રવિચિત્ર તેજસ્વી પૃષ્ઠોને એક પછી એક ફેરવીને વિશ્વ-નિર્વંતા પરમાત્માની અનંત અને અમેય શક્તિઓનો આપણને પરિચય કરાવે છે.”<sup>૧</sup>

૧ A Hand-book for use in the Jungles of Western India, by F. Jell પ્રસ્તાવના.

## સાહિત્યમાં વનસ્પતિઓનું સ્થાન

વનસ્પતિશાસ્ત્રનો પરિચય આપણા સાક્ષરો અને કવિઓને અવનવી કલ્પનાઓ સ્ફુરાવશે, આપણા ચિત્રકારોની દષ્ટિમાં અજબ પરિવર્તન સાધશે, આપણા કારીગરોની કારીગરીમાં વૈવિધ્ય પ્રેરશે. સંસ્કૃત સાહિત્યમાં વનસ્પતિના ઉલ્લેખો અગણિત છે, ત્યારે ગુજરાતી સાહિત્યમાં વનસ્પતિના વર્ણનનો સાવ જ અભાવ કેમ છે? પ્રાચીન કવિઓનાં કણ્ઠિંકાર, અશોક, સમપર્ણ, સલ્લકી, ઇંદુદી, મધૂક, બકુલ, કામલ, મુનિદ્રુમ—આ ઝાડોને અત્યારે ગુજરાતમાં કયો સાક્ષર ઓળખે છે? અશ્વઘોષના 'શુદ્ધચરિત'માં કણ્ઠિંકાર (ગજભગ્ના इव कणिकारशाखाः) નો શ્લોક વાંચનારા કદીયે કણ્ઠિંકાર<sup>૧</sup> કયું ઝાડ હશે તે શોધે છે ખરા? પ્રસ્તિંગધાઃ कच्चि-दिङ्गुदी<sup>૨</sup> ફલભિદઃ સૂચ્યન્ત પવોપલાઃ (શાકુંતલ). ઇંદુદીનું વૃક્ષ જોવાની ઇચ્છા સાક્ષરોને જન્મી છે ખરી? પ્રસવૈઃ સપ્તપર્ણાનાં<sup>૩</sup> મદગન્ધિભિરહતાઃ। અસુયયેવ તન્નાગાઃ સપ્તધૈવ પ્રસુષ્ણુલુઃ (રઘુવંશ). એ સપ્તપર્ણનાં મદગન્ધિ પુષ્પો જોવા કયો સાક્ષરનું કુતૂહલ ઉદામ બન્યું છે? પત્રાણામિવ શોષणेन મરુતા સ્પૃષ્ટા હતા માધવી<sup>૪</sup> (રતનાવલી નાટક). આ માધવીલતાનાં પુષ્પ જોઈને

૧ કણ્ઠિંકાર એટલે ગરમાળાનું ઝાડ ( *Cassia fistula* ) વધુ સ્પષ્ટતા માટે જુઓ 'નિર્ધંદુ આદર્શ' પૂર્વાર્ધ પા. ૪૧૮.

૨ ઇંદુદી એટલે ઇરોરિયાનું ઝાડ, જેનાં ફળની આમશના લોકો મોઈ બતાવે છે. ઇરોરિયા—( *Balanites Roxburghii* ).

૩ સપ્તપર્ણ એટલે સાતલીન. કાંકણમાં ખૂબ યાચ છે. શીમળા શાલ્મલિ જેવાં પણ સાત પાનવાળું ઝાડ—લેટીન નામ *Alstonia Scholaris*.

૪ માધવીલતા બરાબર આંખા જેવાં પાનવાળી અને અતિશય સુગંધી પુષ્પોની મોટી વેલ. *Hiptage madublota*.

કયા કવિએ પોતાના હૃદયને કાવ્યમાં વ્યક્ત કર્યો? મુનિદ્રુમઃ<sup>૧</sup> કાર-  
કિતઃ સિતધૃતિઃ વનેઽમુનામન્યત સિદ્ધિકાસુતઃ. (શ્રી ૬૫).  
આ મુનિદ્રુમ શું હશે? સીતાદેવ્યાઃ સ્વકરલલિતેઃ સલ્લકી-  
પાવાત્રેઃ । અગ્રે લેલલઃ કરિકલમકો યઃ પુરા વર્ધિતોઽભત્ ॥  
અને શિશિરકટુકપાથ સ્થાયતે સલ્લકા નામિમદ્લિતવિકી-  
ર્ણમન્યનિપ્યન્દગન્ધઃ ॥ (વિતરસામયસ્થિત) સ નર્મદારોઘસિ  
સીકરાદ્રૈર્મયદ્ધિરાનતિતત્તત્કમાલે<sup>૨</sup> (૨૬૫૩). આ નક્તમા-  
લના નુસ્સ ફૂલોની માળાઓ પહેરીને રમણીઓ રાત્રે શયનગૃહમાં  
જાતી. (નક્તં અલતે દતિ નક્તમાલાઃ)

આવા તો લાખો વાકયો સંસ્કૃત સાહિત્યમાંથી તારવી શકાય.  
કેર્મ પુત્રક એવું નથી કે જેમાં વનસ્પતિઓને સ્થાન નથી ખુદ  
વેદમાં પણ વનસ્પતિઓની સ્તુતિ છે. અથર્વવેદમાં અનેક વનસ્પતિઓની  
સુન્દર સ્તુતિઓ આપેલી છે. ૪

ત્યારે ગુજરાતી સાહિત્યમાં શી સ્થિતિ છે? ક્યાંયે વનસ્પતિ  
સાથે કવિઓને ધનિષ્ઠ સંબંધ જોવામાં નથી આવતો. જે પ્રજાને  
વનસ્પતિઓ સાથે ધનિષ્ઠ સંબંધ નથી તે પ્રજાના સાહિત્યમાં વન-  
સ્પતિની ઉપમાઓ-રૂપકો-કથાથી હોય? 'જર્મન રંગ અને ઇસ્વીદાર

૧ મુનિદ્રુમઃ અપયિયો. *Sesbania grandiflora*.

૨ સલ્લકી સાલેડી જેનો ગુંદર ઇસેસ બધા કુંદર તરીકે ખબરમાં  
વેચાય છે એ જાડ *Boswellia serrata*

૩ નક્તમાલ કરંજ. *Pongamia glabra*

૪ પૃથ્વીનયશ્વરીની સ્તુતિ જુઓ, અથર્વ. અ. ૨-૨૫ ૧. કેટલી  
ગુંદર સ્તુતિ છે? આ પૃથ્વીપશ્વી જલ્દી અલગ્ય વનસ્પતિ છે. હાગના જંગલમાં  
ખૂબ પાંચ છે એનો છોડ—અરે એના ફૂલ-પુષ્પમંદપ ઓહોહો! આ છોડ  
કવિઓ જુએ તો જરૂર તે પર કાવ્ય રચે *Uraria picta*.



સુંદર ફૂલોડ પશુ ખજીયામા હોવા જોઈએ ૧

અત્યારના રડયાખડયા બાગોમા હિંદુસ્તાનના સુંદર ઝાડપાનોને સ્થાન નથી જ્યાં જુઓ ત્યાં અરેલિયા, કોટન્સ, એકલિકા-ના રંગમેરગી પાનોવાળા હોડવાના કુડા લાટેલા જણાય છે રગૂન કીપર, રેન્ડે કીપર, એન્ટીગોનમ અને પેશન કલાવર્સની વેલો જોવામા આવે છે આપણા ગુનામ, જાઈ, ચમેની, પરિજાતક, માધવી લતા, અગોક, કર્ણિકાર, સમપર્ણ, સ્વર્ણચપક, કોવિદાર, પૃષ્ઠિપર્ણી, પાટલા (વસ તદ્વતિ) વગેરે કમાય જોવામા નથી આનતા-આસોપાલવ એ પ્રાચીન અશોક નથી એ યાદ રાખવું ધટે છે આપણે આપણું શું સારું છે તે ગોચરુ-સમજવું જૂની ગયા છીએ અને દરેકમા પગેથી નકન કરતા થઈ ગયા છીએ એમ ન હોય તો ગુજરાતના ગૃહકુળે ઉજાળતી ગુજરાતણીની વેણીમા પારિજાતક, ચપક, જાઈ, મોગરો, બકુલ કે મધુમાલતીના પુષ્પો કેમ નથી જણાતા? ગુનમાસ અને બારમાસી જેવા નિગધ કુસુમો કેમ ગમે છે? સંસ્કૃત કવિઓનું પ્રિય કુટુંબ પણ (કડાના ઝાડ) આપણા ઉઘોનોમા નથી જપ્તા અને મદનેરુચન્ધુ ચકુલ! ઝોહોહો! શી એના પુષ્પની ખુશબો! સુકાય પણ સુગંધ ન મૂકે! આપણા ઉઘાનો બકુન (બોનસરી)ની ફેરમથી ક્યારે મહેકી જાય? બોવસરીના દાતણથી દાત મજબૂત થાય, તેના પુષ્પોથી આપણા જી-પુરુષો, બાનકો અને દેવો રીઝે અને તેની સૌરભથી આપણું વાતાવરણ દિવ્ય સૌરભમય બને

આર્યો પ્રથમથી જ ઉઘાનોના સોખીન છે વાતરયાયનના વખતમા દરેક મોટા શહેરની આસપાસ અનેક ઉઘાનો હતા કપિલવ

૧ વુજ્જકામલકમલિકાજાતીકુરુષ્કનલમાલિકાત્મારનન્દાવર્તજપાણ્ડુન્મા-નન્યાથ મદુપુષ્પાન્પલિકોશીરત્પાતાલિકાથ વૃક્ષશત્રિકાયા ચ સ્થંબિલ્લાનિ મનાશાનિ કારવેત્ ॥ વાતરયાયન કામસૂત્ર-કાશી આવૃત્તિ પા ૨૨૫

સ્તુની આસપાસ પાંચસો ઉઘાનો હતાં એમ લલિતવિસ્તર કહે છે. ૨ નથી રહ્યાં હવે એ ઉઘાનો અને નથી પ્રચલિત રહી એ પ્રાચીન ઉઘાન-યાત્રાઓ (garden picnics)—ઉઘાણીઓ !

### શિક્ષિત યુવાનો તરફ આશા છે

પણ આ બધું ત્યારે જ થઈ શકે કે ત્યારે શિક્ષિત યુવાનો વનસ્પતિશાસ્ત્રનો પ્રેમ કેળવે-તે તરફ વળે ત્યારે. આટલાટલા બી. એસસી. અને એમ. એસસી. ગુજરાતમાં છે છતાં વનસ્પતિશાસ્ત્રમાં તેમના તરફથી કંઈ જ કાળો મળ્યો નથી. શિક્ષણપદ્ધતિ દોષિત છે. વનસ્પતિશાસ્ત્ર (Botany) લઈને પાસ થનાર વિદ્યાર્થીને Structural Botanyનું જ્ઞાન હોય છે, પણ વૃક્ષો સાથે તેને મુદ્દેય પરિચય હોતો નથી. અમુક અમુક નૈમર્ગિક વર્ગો (Natural orders) મોઢે કરી પરીક્ષામાં પાસ થવાય છે. મેડિકલ કોલેજોમાં પણ આ જ સ્થિતિ છે. કોલેજના કંપાઉન્ડમાં થતાં ઝાડ કોઈ વિદ્યાર્થી પૂરાં ભાગ્યે જ જાણે છે. ડોક્ટરોને ઓટેનીનું જ્ઞાન ખૂબ જ આવશ્યક છે. જે જે ડોક્ટરોએ વનસ્પતિશાસ્ત્રનો અભ્યાસ કર્યો છે તેઓએ વનસ્પતિની દવાઓ (Indigenous Drugs) ઉપર સારો પ્રકાશ પાડ્યો છે. જહાન લિંડલ જેવો પ્રખ્યાત વનસ્પતિશાસ્ત્રી ડોક્ટરોને વનસ્પતિશાસ્ત્ર જાણવા ખૂબ ભાર દે છે. ગઈ મહાન લડાઈ વખતે કેટલાક ડોક્ટરો અમુક દવાઓ ન મળવાથી ખૂબ અકળાતા હતા. એવે વખતે તેમનો વનસ્પતિશાસ્ત્રનો અભ્યાસ તેમની વહારે ધાયો હતો. એક યુરોપીય વિદ્વાન આપણા વનસ્પતિ તરફના પ્રેમના અભાવ માટે નીચે પ્રમાણે સરસ દૃષ્ટાંત આપે છે:—

“યુરોપિયનોએ જે સફળતાથી વનસ્પતિશાસ્ત્રનો શાસ્ત્રીય પ્રચાર યુરોપમાં કર્યો છે તે સફળતાથી આ દેશમાં વનસ્પતિશાસ્ત્રનો પ્રચાર

માન આ દેશના વતનીઓ જ કરી શકે આખા મુખાષ્ટકનાકામા એવા ૬-૭ માણસો પણ નહિ મળી શકે કે જે ઘાટના કોઇ પણ સાધારણ જગનમા જઈને કોઇ પણ છોડ ઝાડને માત્ર પાન જોત જોળખી શકે આ માતમાણસો બાદ કે ત્યાં, જનાં ધાર્મિક કાર્યોમા એક કવચિત જ થતા જ મલના છોડ—મોમની બહુ જડર પડે છે—તેનાઓ જ જગન તરફ તિરસ્કારની નજરથી જુએ છ અને વનગપતિના ચમત્કાર અને

૧ જહોન સિડવેનો *Flora medica* નામનો સુદર ગ્રંથ અત્યાંતે જાગ્રે જ મળી શકે એમ છે એની પ્રસ્તાવનામા એણે રોકફોર્ડને તેમના વનરપતિશાસ્ત્રના હુર્લેફ માટે ઠીક ઠપકો આપ્યો છે આ વિષય માટે વાચકો મારા 'નિઘંટુ આદર્શ' ની પ્રસ્તાવના વાચી જશે તો પણ ચાલશે

૨ "By natives of India alone, can Botanical science be pursued in India with the same success which has attended the efforts in this direction of Europeans in Europe Perhaps there are not half a dozen men in the Presidency (Bombay) who can go into any ordinary ghat Jungle and tell its trees and plants by leaves alone Half a dozen men excepted little apparently is known of the great vegetable kingdom by those, whose deepest mysteries nevertheless require the juice of a rare jungle plant (*Sarcostemma Viminalis*, says Dr Harg, is true 'Soma' of the Vedas) but many of whom are still content to feel an ignorant contempt for the jungle with all of wonder and of wisdom which it contains

It will be a day of real progress in India which sees the educated Brahmins going forth into the jungle to learn deeper lessons from it than even the most elaborate of Soma sacrifices can teach him F Jeff

હઠાપણુ વિરે કશુ જ જાણ્યા વિના તે તરફ પોતાનો અચાનકથી  
તિરસ્કાર દર્શાવી સતોષ દાખવે છે

‘જે દિનસે કેળવાયેના બ્રાહ્મણો મોટા સોમયજો રીખવી શકે  
તે ક્રૂતા પણ ગૃહતર પારો શીખના માટે જગલોમા જતા શીખજો  
તે દિવસ હિંદુસ્તાન માટે ખરી ઉન્નતિનો હશે’ ૨

### વૈદ્યો અને વનસ્પતિઓ

મહર્ષિ ચરક (૮ સ પૂ ૩૦૦ થી ૪૦૦) કહે છે કે  
વધુ શુ ? જે વનસ્પતિઓ ઓળખી શકે તે જ ‘વૈદ્યો’ આ છતા  
પણ ગુજરાતમા લાગે ૮-૧૦ વૈદ્યો એના હરો કે જેને વનસ્પતિનું  
હીક હીક જ્ઞાન હોય અનભવ સાધા છુ જનસમાજના વનસ્પતિજ્ઞાન  
કરતા તેમનું જ્ઞાન કેમકે હીક હોય છે એ ખરૂં, પણ વૈદ્યોને એટ  
લાથી મતોપ ન હોવો જોઈએ વનસ્પતિશાસ્ત્રના જ્ઞાનથી તે અનેક  
અજાણી દવાઓનો ઉપયોગ કરી શકે છે સાન્નિધ્ય નાગવલ્લા  
(ગજેટી-Grewia populifolia NO Tiliaceae) ના મૂળ  
ગમે તેના ધા માટે સરસ રોપણ છે એ તે જાણે છે, પણ ગજેટી  
તે ઓળખતો નથી એટલે મુઝાય છે વનસ્પતિશાસ્ત્રની જ્ઞાનનાગો  
વૈદ્ય તુરત જ ગજેટીની અવેજીમા તે જ વર્ગની, તેની જ સગી  
બહેન ધામણ (Grewia Asiatica ઘન્યન = (સ) અથવા  
દગલામ ધ ડગતો ઝીપટો યા ભરવાડા (Triumphetta rotu  
maliifolia) ના મૂળોઆથી કામ ચનાવે કારણ કે તે જાણે છે કે  
એ જ નૈસર્ગિક વર્ગના ઘણા ખરા આકાષાનના લગભગ સરખા જ  
ગુણદોષ (properties) હોય છે

૧ કિં પુનઃ વિજ્ઞાનાયાત્ ઔષધી સવધા ભિવ્ય ॥

૨ Natural orders અર્થાત્ નૈસર્ગિક વર્ગોના ગુણદોષ જાણવાની  
ધ્યાવાળાને Mr Loudon's Encyclopaedia of Plants (Lo  
ngmans, green & Co) એઈ જવા લાગમણ છે દૂકરના દ્વારા આફ  
રિકા ઇન્ડિયા ની લાંબી પ્રસ્તાવના પણ મનનીય છે

વનસ્પતિસામ્રાજ્યમા (Vegetable kingdom) સૌથી ઉપયોગી એવી વનસ્પતિઓ Malvaceae order માધ્વેની ઓડર (આ વર્ગમા કપાસ, લીંડા, શીમળો, જામુન, પારસપીપળો, ગુલબરુ ઇત્યાદિ છોડ-ઝાડ આવે છે) મા થાય છે એ આખાય વર્ગમા આશરે એક હજાર જુદીજુદી જાતની વનસ્પતિઓ ભિગતી જણાયેલી છે. આ એક હજારમાથી ઘણીખરી માત્ર હિંદુસ્તાનમા જ થાય છે, અન્યત્ર નહિ. જંગલમા જૂલા પડયા હોષ્ટએ તો આ વર્ગની વનસ્પતિ ઝાળખીને આપણે તે નિર્લયપણે ખર્ચ શકીએ. આ વનસ્પતિઓમા ચીકાસ (gummy substance) છે એટલે તે પૌષ્ટિક ગણાય છે.

આવું જ Leguminosae order અર્થાત્ શિંખી વર્ગ માટે. આ મોટા વર્ગમા સાત હજાર વનસ્પતિઓ અત્યાર લગીમાં જાણવામા આવેલી છે. આ વર્ગની વનસ્પતિઓના મુશુદ્ધોષ એકસરખા નથી. એક ચણાડીના વેલામા તેના મૂળ બિલદી કરાવનાર, પાન ત્રાહી અને ઉપવેષક, ફૂલ માદક અને ખીજ ઝેરી ગણાય છે ! જ્યારે બીજી ઘણી એવી છે કે જે આપણે સુખેથી ખર્ચ શકીએ. ધતૂરના વર્ગની (NO Solanaceae) તમામ વનસ્પતિઓ ઝાઝીવતી ઝેરી છે. Convolvulaceae order (વરધારો, શંખાવલી, નસોતર, વિદારીકંદ, ઉદરકની ઇત્યાદિ વર્ગ) -જે બહુ સહેલાઈથી ઝાળખી શકાય એવા વર્ગ છે એનો અભ્યાસ પણ કરવા યોગ્ય છે.

અગ્રેજ વિદ્વાનોએ આ એકેક વર્ગ ઉપર નોખા નોખા ગ્રંથો લખ્યા છે; કેાંઈને અમુક વર્ગની વનસ્પતિઓનો શોખ હોય તો તે તેની પાછળ જ પડે. આપણને પણ આવો શોખ-આવી નકલ-કરવાની જિજ્ઞાસા પ્રગટે !

### ગુજરાતની વનસ્પતિઓ

‘મુખાર્ધ ઈલાકાની વનસ્પતિઓ’ એ નામના લામા લેખમાં તેનો લેખક લખે છે કે “મુખાર્ધ ઈલાકાનો વિસ્તાર, તેની જુદી-



નહિ જોવા જાય છે. સેંટ હેલીનામા આ વર્ગનું (Leguminosaceae) એક પશુ ખાડ નથી. મહાબલેશ્વરની વનસ્પતિઓ માથે-રાન ઉપર નથી થતી અને માથેરાનની મહાબલેશ્વર ઉપર નથી જડતી. અને એ બંનેની વનસ્પતિઓ ગુજરાતમાં મુશ્કેલ થતી નથી અને, પંચમહાલની વનસ્પતિઓ ગુજરાતના બીજા ભાગમાં ભાગ્યે જ જોવામાં આવે છે. પંચમહાલના ઈંદુરખ-Anogeissus latifolia N.-O Combretaceae.) નાં ઝાડો મેં લક્ષ્ય, સુરત, ખરડો, ગિરનાર અને ડાંગમાં ક્યાંયે જોયા નથી. કચ્છ-કાઠિયાવાડના કેટલાંક-ઝાડ ગુજરાતની ફળદ્રુપ જમીનમાં ન જ જોવામાં આવે. પંચમહાલનાં વેલ્લ-તરે (વીરતર) (સંસ્કૃત) (Dichroslachys Cineria), અંકોલ (Alangium Lamarckii), ટીંબર (Diospyros Embryopteris), મહૂડો (Bassia latifolia) ખત્યાદિ ઝાડો ગુજરાતમાં જવલ્લે જ જોવા મળે છે. દારકાના સમુદ્રકિનારે થતી કવરી (Capparis grandiflora) ગુજરાતમાં ભાગ્યે જ જોવા મળે છે. અથાત્ હવા, પાણી, શરદી, હિંચાર્ધ વગેરેની અસર વનસ્પતિઓમાં સ્પષ્ટ જણાય છે.

આ છતાંય ગુજરાતની વનસ્પતિઓનો અભ્યાસ કરનાર વિદ્યાર્થીને ગુજરાત ઘણી ઉપયોગી વનસ્પતિઓ દેખાડી શકે છે. ઓકિસરો ધારે તો ઘણીયે નવીન જાતો ગુજરાતનાં જંગલોમાં ઉગાડી શકે.

### વનસ્પતિ ઉદ્યાન (Botanical garden)

આખાંયે ગુજરાતમાં ક્યાંયે સુંદર વનસ્પતિ-ઉદ્યાન છે ખરું? મેં તો જોયું નથી. એકલા પૂનામાં બે ખાગો દર્શનીય છે, જ્યારે સારાંયે ગુજરાતમાં ફક્ત એક કચ્છ-જૂનનો શરદ્યાગ (Botanical garden) બાદ કરીએ તો ભાગ્યે જ એક પશુ વનસ્પતિ-ઉદ્યાન જોવા મળે છે. લંકા, કલકત્તા કે જાવાના અદ્ભુત રોયલ બોટાનિકલ ગાર્ડન્સ લઈ ગુજરાતમાં ન હોય, પણ તેની એકાદ નાનીશી પ્રતિ-

કૃતિ પણ ગુજરાતમાં હશે તો તો ગુજરાતીઓ તે જોઈ ખૂબ રાયગે. કમ્બ જેવા વેરાન મુલકમાં કમ્બના રાવસાહેબના ગોખથી શરદાગ કાઢ્યોફૂલ્યો છે, તો ગુજરાતની ફળદ્રુપ જમીનમાં એના ફરતાં અનેક ફરનારો ચંદિયાતો બાગ ગુજરાતના શીમતો, રાગમદારાજાઓ બનાવી શકે. એવા બાગોમાં દેશપરદેશના સુંદર, ઔષધોપયોગી વૃક્ષો ઉછેરવામાં આવે, વર્ણસંકરી વનસ્પતિઓની શોભા જોઈ આખ દરે-આવું કંઈક ગુજરાતમાં હોવું જોઈએ. મુંબાઈના રમ્તાઓ ઉપર અને પોતાનો કમનીય વિન્તાર રમણીય પુષ્પરચના ફાખવતા ઉભેલા કેસીયા નોડોરા (Cassia nodora), કેસીયા માલ્ડીનેટા, કેસીયા મોરટથેટા, પેલ્ટોફોરમ (Peltophorum), રટાર એપલ વગેરે સુંદર પરદેશી વૃક્ષો ગુજરાતના ઉદ્યાનોમાં અને ગુજરાતની સડકો ઉપર ક્યારે જોવા મળશે? મુંબઈના વિક્ટોરિયા ગાર્ડનમાં થતાં લવિંગ, જયફળ, કપુર, મમ્બ્રફળ, કોકમ, કવોમિયા, રટોકેન્થમ, જોકેરેન્ડા, ગ્વાયાકમ, બોટલ બ્રશ—હત્યાદિ ઝાડો ગુજરાતમાં જરૂર ઊગી શકે એમ હું માનું છું.

શીમતો, કસારસિકોનું મુમાઝક ખ્યાન આવા વનસ્પતિ ઉદ્યાનો તરફ વળો. ટોવગ્ટોમ પોતાના નાનાશા બાગને પોતાની ઔષધ-પેટી Medicine chest તરીકે મંજોરતા હતા. આપણે પણ પ્રાચીના કરીએ કે માધ્વીર્નઃ સન્તુ ઓષધીઃ—આપણી વનસ્પતિઓ મધુમતી થાઓ !

### ઉપસંહાર

વિશ્વવિખ્યાત શાકુંતલનો પ્રથમ પડદો વનના અવર્ણનીય દરય ખચ્ચે જ ઊઘડે છે; કુમારસંલવમા નગાધિરાજ હિમાલયની અપ્રતિમ શોભાથી જ રાગ્યાત ચએલી છે; રઘુવંશનો પ્રથમ સર્ગ વનના અપ્રતિમ સૌન્દર્ય વચ્ચે જ શરૂ થાય છે; દિવીપ અને મુદક્ષિણા-બન્નેનું વમિષ્ઠ આશ્રમ તરફ પ્રયાણ કવિએ અલૌકિક રીતે વર્ણવ્યું,



છે. પોલા વાસમાં પવન ભરાવાથી નીપજતા સંગીતધ્વનિ સાથે કુળેમાં વનદેવતા તાન મિલારીને વૃષ્ટિના વચકૃત્યોના યશોગાન ગાતા હતા રસ્તામાં વૃદ્ધ ગોપાલો ઘીના તાસળા ભરી ભરીને રાજ દપતિના સત્કાર માટે આવતા અને તે વૃદ્ધ ગોવાળોને રાજા આડોના નામે પૂછી પોતાનો વનસ્પતિત્રેમ દર્શાવતા હતા ઓહોહો ! કેવું મનોહર એ વર્ણન છે ગુજરાતના રાજા-મહારાજાઓમાં એ વનસ્પતિત્રેમ જાગે ! ગુજરાતની ઠનારસિક સ્ત્રીઓમાં ગૌરી જેવું વૃક્ષો તરફ 'અપન્ય-વાત્સલ્ય' સ્કુરો ! ગુજરાતના બાળકો વનસ્પતિદેવીના વિવેકી ભક્ત બનો ! પગ તળે છુદાતી અસખ્ય વનસ્પતિઓનો પરિચય સાધવાની જિજ્ઞાસાવૃત્તિ યુવાનોમાં જાગ્રત થાઓ !

એક રસિક અંગ્રેજ કવિની ભિક્ષિત્રો ટાકી આ મર્યાદિત લેખ સમાપ્ત કરીશ

There is a lesson in each flower,  
A story in each stream and bower;  
In every herb on which you tread  
Are written words, which rightly read  
Will lead you from earth's fragrant sod  
To hope, to holiness and God "

તા. ૬.

ગુજરાતની વનસ્પતિઓ ઉપર વિસ્તૃત ગ્રંથ લખવાની ઉમેદ વાળાઓ નીચેના પુસ્તકોનો લાભ લઈ શકે —

૧ Transaction of the Medical and Physical Society of Bombay-Vol I 1838-39

'A general sketch of the Province of Gujerat from Deesa to Daman I by A Gibson.'

૨. Bombay Gazetteer Vol. II. III, IV, XXV..
૩. 'નિધંદુ આદર્શ' ની પ્રસ્તાવના. કર્તા: બાપાજીવ વૈદ્ય.
૪. વનરપતિ-શાસ્ત્ર: કર્તા જયકૃષ્ણ ઇન્દ્રજી.
૫. કચ્છ સ્વચ્છતાની વનરપતિઓ: કર્તા, જયકૃષ્ણ ઇન્દ્રજી, ઇત્યાદિ—



## ૨૫ : વૃક્ષારોપણ યોજના

૧

**જૂઠ પૃથ્વી અને જીવન્ત મનુષ્ય વચ્ચેનો સેતુ વનરપતિ છે.**

૧. ખરી રીતે જમનમાં જન્મ લેવી કેઈ ચીજ જ નથી. 'પૃથ્વી માતા' નામની કાન્યમાં ભક્તકવિ શ્રી પૂંભવાલ આ ભાવ સુંદર રીતે વ્યક્ત કરી. ઘડયા છે.

કહી કમલ રાગાય કે જન્મ અણવ છે આ ધરા  
અચેતન સર્માં ભસે દીસત માટી ને પ્રસરી,  
પરંતુ તહીંથી જ જોનગણે વસે છે કરો.  
વનો વિહંગ પ્રાણી માનવસમાજ સૌ પાપરા,  
તહીં થતી જ જન્મિયા પૃથ્વીને રસે ઊછર્ધા,  
ધમા પરમપુષ્ટ ધૂળ મહીં પાકિયા માન્યતા  
કરી હજમ પહાક '૧'; ત્યમ છતાંય શું માન્યતા  
ધરિત્રી હદયે ઇલોચલ ભરેલ પ્રાણે નર્પાં ?

અને આચર્યકનો મરાઠુર કવિ A. E. પણ પ્રત્યેક જીવન્ત મનુષ્ય-પૃથ્વી તે માતા જ એ ભાવ સુંદર રીતે વ્યક્ત કરે છે.

" But I have touched the lips of clay  
Mother, Thy rudest sod to me  
Is thrilled with fire of hidden day  
And haunted by all mystery."

પૃથ્વી પોતાના ગ્રેટાળમાથી રમ ચૂસી ચૂસીને વનસ્પતિઓને ડાકે છે, પરિપુષ્ટ બનાવે છે અને આ વનસ્પતિ ખાઈને જ પ્રાણીમાત્ર જીવે છે વનસ્પતિ ન હોત તો પૃથ્વી ઉપર જીવન જ ન હોત પૃથ્વી, વનસ્પતિ અને પ્રાણી-આ ત્રણનો ત્રિકોણ એ જ જીવન-ત્રિકોણ પૃથ્વીના રમકસનો હ્રદય થતા વનસ્પતિઓના રમવીઈ હ્રદય ખાત છે અને વનસ્પતિઓનો રસકમ ગડી જતા પ્રાણીજીવન નિસસ્ય અને નિર્વીઈ બને છે. આમ એકની અસગ બીજા ઉપર થાય છે જ.

વનસ્પતિઓનો આજે વિપુલ મહાર ચાવી રહ્યો છે. વનો નાશ પામ્યા છે રાજપૂતાનાનું રણ ગુજરાત તરફ વધી રહ્યું છે નદીઓના પાણી પણ સુકાવા લાગ્યા છે. ખેતી નિષ્પ્રાણ બની છે. જમીનનો કસ હણાયો છે વનસ્પતિ ઉપર જીવનાર દોર મરવાને વાકે જવી રહ્યા છે અને દોરની દુર્દશાનું પ્રતિબિંબ માનવજીવન ઉપર પડ્યું છે. પૃથ્વી, વનસ્પતિ, પશુ અને માનવ—આ ચારેયના અખંડ વર્તુલમા કોઈ પણ રથજે રિશ્તેય પડે છે તો આ જીવનચક્રમા વૈષમ્ય ઉત્પન્ન થાય છે અને તેની મારી અમરો ચારેય ઉપર જોવામા આવે છે

ભવભૂતિએ લાગીરથી પાસે થોગ્ય જ દૃષ્ટેવડાવ્યું છે કે, 'મગવતી ચલુન્ધરે ! શરીરમસિ સંસારસ્ય ।'—શગવતિ વસ્તુ ધરા ! તું આ સંસારનું શરીર છું.

બ્રહ્મારણ્ય ઉપનિષદમા “एषां वै भूतानां पृथिवी रसः पृथिव्याः आपः, आपामोषधयः, ओषधीनां पुष्पाणि, पुष्पाणां फलानि, फलानां पुरुषः, पुरुषस्य रेतः ॥”

પ્રાણીમાત્રનું સ્મરથાન પૃથ્વી છે, પૃથ્વીનો પરમ રસ પ્રાણી છે. પ્રાણીનો પરમ રસ ઔષધિઓ (ઔષધ્યઃ ફલપાકાન્તાઃ અર્થાત્ આપણે જે ધાન્યો ખાઈએ છીએ તે બધી ઔષધિઓ) છે ઔષધિનો અર્થ જ કનપાત્રી

ગયા પછી રનગ્ધતિઓ કરમાઈ જાય તે અર્થાત્ શક્રધાન્ય (cereals) અને શિખીધાન્ય (legumes) બન્નેનો ઔષધિઓમા સમાવેશ થઈ જાય છે ઔષધિઓનો પરમ રમ પુષ્પો છે, પુષ્પોનો પરમ રસ ફળો છે, ફળોનો પરમ રસ પુરુષ છે અને પુરુષમા પરમરસ રેત-વીર્ય છે

એક પાદનો નાશ થતા તેની અસર બાકીના બે પાદોને પણ થવાની જ. આજે આપણા આ ત્રણેય પાદો દુર્બલ થયા છે અને પરિણામે માનવજીવન, પશુજીવન અને પૃથ્વી—ત્રણેય દુઃખી દરિદ્રી થયા છે.

અનેક જાતની યુદ્ધોત્તર યોજનાઓ આજે બહાર પડે છે. આ યોજનાઓમાં વૃક્ષારોપણ યોજનાને પણ યોગ્ય સ્થાન મળવું જોઈએ. ખેતીની સુધારણા, મ્યુનિસિપાલિટીની સુધારણા, લોકન બેડોની સુધારણા, શિક્ષણ સુધારણા—આ બધામાં વૃક્ષારોપણ યોજનાને જો આપણે વિચારીશું તો એ સુધારણાઓ એકપક્ષી અને અપૂર્ણ જ રહેશે.

કારણ વનસ્પતિઓ ઉપર જ જીવન અન્ય બેયું છે. પૃથ્વીમાથી ગસ બેચી જીવન નિભાવવાની શક્તિ તથા પશુઓમાં કે તથા માનવીઓમાં એ શક્તિ તો ફક્ત વનસ્પતિઓમાં જ છે. આપણા સાકભાજી, ફળો, ઇમારતી લાકડાં, ધુળ્યો, ધાન્યો, બીજ વગેરેનો આધાર વનસ્પતિઓ જ છે. એટલે કોઈ પણ યુદ્ધોત્તર યોજનામાં વનસ્પતિઓ તરફનું દુર્લક્ષ્ય નહિ જ હોય એમ માની લઈશું.

વનસ્પતિ સામ્રાજ્યમાં પણ મારે અહીં લખવું છે વૃક્ષો ઉપર આપણે શહેરોની સીકવ બદલવી છે, રસ્તાઓની સીકવ બદલવી છે, દેશની સીકવ બદલવી છે. આવે વખતે જો યુદ્ધોત્તર યોજનાઓ વિચારવામાં આવે તેમાં વૃક્ષારોપણ યોજનાને જો વિચારવામાં આવે તો તે મોટી બૂલ જ લેખાશે.

આજે આપણાં સુરત, ભરુચ, અમદાવાદ જેવાં શહેરો જુઓઃ એના રસ્તાઓ જુઓ, એની ઉપરનાં ઝાડો જુઓ, એના બગીચાઓ જુઓ, શહેરની ચોતરફ ફરતો ૩-૪ માઈલનો વિસ્તાર જુઓ. ક્યાંયે આંખ દરે એવાં વૃક્ષો છે, બગીચા છે, ફૂલઝાડો છે? એકાદે બિતરતા જ શહેરની શસ્કારિતા અને સૌન્દર્યભાવનાનું રમ રમ કરાવે એવું કંઈ છે ખરું? ફળઝાડો, ઇમારતી લાકડાં માટેનાં

વૃક્ષો, શોભા માટેનાં વૃક્ષો,—આ બધાનો વિચાર શું આવશ્યક નથી? આપણાં શહેરો નંદનવનના જેવા રળિયામણાં હોવાં જોઈએ અને એ માટે ઠેર ઠેર વિવિધ વૃક્ષવિધિકાઓ (arbores), છાયાવૃક્ષો, પુષ્પવૃક્ષો, ઉદ્યાનો, ઉપવનો આપણે યોજવાં પડશે. શહેરના મુખ્ય રસ્તાઓ ઉપર કેવી જાતનાં વૃક્ષો વાવવાં, જાહેર ઉદ્યાનોમાં કેવાં વૃક્ષો વાવવાં, ડાક બંગલાઓ અને શ્રીમંતોના બંગલાઓના કંપાઉંડોમાં કેવી જાતનાં ઝાડો વાવવાં, શહેરની ચોપાસના ૪-૫ માઈલના વિસ્તારમાં ત્યાંના રસ્તાઓ ઉપર કેવાં વૃક્ષો વાવવાં, નહેરોની બંને બાજુ ઉપર કેવાં વૃક્ષો વાવવાં, શાળાઓમાં કયી જાતનાં ઝાડપાન વાવવાં—આ બધું વિચાર્યા વિના આપણને હવે ચાલે એમ નથી.

હમણાં 'કન્ટ સાયન્સ' ના ૧૯૪૭ ફેબ્રુઆરીના અંકમાં એમ. એસ. રંધવા આઇ. સી. એસ. નો 'A Bio-Aesthetic Plan for India'—"એ બાયો-એસથેટિક પ્લાન ફૅર ઈન્ડિઆ" નામનો લેખ પ્રસિદ્ધ થયો છે. આ વિકાસે આ વિષયને બહુ સરસ ન્યાય આપ્યો છે. શહેરો, ગામડાં બધકે આખો દેશ શોભાવવા માટે આપણે વૃક્ષો, પશુપંખીઓ (flora & fauna) વગેરેની વિચારપુરઃસર ગોજનાઓ યોજીએ એ માટે પ્રો. લેન્ડીઓટ હોગબેને આ અગ્રેજી શબ્દ—"બાયો-એસથેટિક પ્લેનિંગ"—યોગ્યો છે, એટલે આમાં વનસ્પતિઓ અને પશુપંખીઓ બંનેની સહાયથી આપણા દેશની શોભા કેમ વધારવી એનો વિચાર આવી જાય છે. આખી યોજનાને ચાર વિભાગમાં વહેંચી શકાય એમ છે:—

(૧) ખાનગી બંગલાઓ, સરકારી બંગલાઓ, બેંકો, હોટલો, યુનિવર્સિટીઓ, કોલેજો, સ્કુલો, કચેરીઓ, લોકલ બોર્ડ અને મ્યુનિસિપાલિટી જેવી પ્રજાની કચેરીઓનાં કંપાઉંડો, શહેરના રસ્તાઓ, જાહેર બગીચાઓ, રેલવે સ્ટેશનોનાં પ્લેટફોર્મો—આ બધાંની શોભા માટે આપણે સુંદર ફૂલોવાળાં તેમ જ સરસ પદ્મવયુક્ત ફૂલઝાડે

પસદ કરવા જોઈએ, જે જોનારની આખોને શાન્તિ અને આનંદ આપે આવા ફૂનઝાડોમાં કાચનાર પિક કેસિયા, પોટેરવો (મદાર), મેલેશિયા, ગરમાળો, ગુલમહોરનો સમાવેશ થાય છે

(૨) જિંદના બોડીના, અને પી ડમથુ ના રસ્તાઓ માટે આપણે એવા વૃક્ષો પસદ કરવા જોઈએ જે ઊંચા આપે, ફળો આપે અને ધમારતી લાકડું પણ આપે આના વૃક્ષોમાં મહડો, આબો, આબલી, લીમડો, સીસમ, જાજુ વગેરેનો સમાવેશ થાય.

(૩) નહેરોના રસ્તાઓ (canal roads)—નહેરોના તમામ રસ્તાઓ ઉપર આપણે આના, જાજુ કોરી, ખીની વગેરે ફળઝાડો વાવી દેના જોઈએ આનામાં લગડો, સરદાર, સિદ્ધરિયો, વગેરે ખૂબ સારી ઢિંમત આપી શકે એના કીમતી આબાઓ વાવવા જોઈએ. આપણા દેશમાં નહેરોના રસ્તાઓ હજારો માઈલોના છે, જે ઉપર લાખો ફળઝાડો ઉછેરી શકાય.

(૪) ગામડામાં વાવવા લાયક વૃક્ષો—ધમારતી લાકડા માટે, ફળો માટે અને બળતણ માટે આ ત્રણેય કામોમાં ખૂબ આવે એવા વૃક્ષો ગામડામાં વાવવા જોઈએ જે ખેતરોમાં ફેલા હોય, ઠોસ કે રેટ કરતો હોય તેવા ખેતરોની ચોતરફ આબા, લિજુ, ખપૈયા, મોસખી, સેતૂડ વગેરેના વૃક્ષો ઉછેરી શકાય ટોર ન્યા બેસતા હોય ત્યાં બકાનલિબડો, વડ વગેરે ઉછેરી શકાય એક ગામથી બીજા ગામ જવાના રસ્તાઓ ઉપર ધમારતી લાકડા માટેના ઝાડો વાવી શકાય ગામનું પાંધર ગુનમહોર, કરજ, ગરમાળો, બકાનલિમડો, પોટેરવો વગેરે સુદર પુષ્પોવાળા ઝાડોથી શણગારી શકાય આ વૃક્ષોનું આસપાસ નાના નાના ચોતરા બાંધી દીધા હોય તો સંખ્યાકાંઠે આબાનવૃદ્ધવનિતા ત્યાં બેમવા જાય

આપણા જૂના શહેરોની બાંધણી તદ્દન ઢગધડાં ઢિનાની છે આવા જૂના શહેરોના પુનર્વસવાટ માટે શુ કરવું એ પ્રશ્ન વિચારવ

જેવા છે માર્ગ કહે છે કે એવા મહેરો નાખી જરી નાખી તદ્દન નવેતરથી જ વસાવવા જોઈએ પરંતુ આ દિશામાં વિચારો છો જે વ્યવહારમાં મુશ્કેલી એમ જ નથી આ માટે મ્યુનિસિપાલિટીએ ફરજિયાત ભરતક નક્કી કરી જમા મેપાઉન કરવી જ જોઈએ, તે ભાગના મુખેનાં તોડી નખાવી તેની જગ્યાએ સુદર મકાનો વા મકાનની આરેય બાજુ સુધર ફૂલગાડવાના કાઉન્ડ મદિત બધાવવા જોઈએ અને એવી રીતે જુનવાણી નિચારના માળખે જેનું અનુકરણ કરવા પ્રેરાય એવું કરવું જોઈએ કાનપુર, લખનૌ અને અવાદાનાદમાં ઈન્ડિયન ટ્રસ્ટોએ આ જાતનું ઉપયોગી કાર્ય કરના માડ્યુ છે અન્યત્ર તેની ગતિ ધણી જ ધીમી છે આવી જગ્યામાં જાહેર રસ્તા નગરો રચવા જોઈએ જેથી માયાદાંડ ગરમીના દિવસોમાં સોફા આનંદ કરી શકે અને એ પાણીના ઉપયોગ તથા ઉમાડેલા ફૂલગાડોને છાંટવાના કામમાં પણ આવે

આપણા મોટા શહેરોના વિકાસ માટે તો શહેરની ચોતરફના ૩-૪ માઈલના વિસ્તારના તમામ રસ્તાઓ અને જોડની મળી શકે તેટલી બધી જમીન શહેરે ફરજિયાત એકવાર કરી લેવી જ જોઈએ અને ત્યાં બગનાઓ બાંધવા માટે નાના નાના પ્લોટો પાડી, પહોળા રસ્તાઓ અને એકાદ સારા ઉદ્યાનની યોજના કરવી જોઈએ પહોળા રસ્તાઓ ઉપર સુધર છાયા અને ફૂલગાડા દર્શો વાવી દેવા જોઈએ આપણા ગરમ દેશમાં દરેક શહેરની ચાર માળુએ ચાર એવા નુદર વિશાળ ઉદ્યાનોની રચના આપણે કરવી જ જોઈએ અને ઉદ્યાનો અને રસ્તાઓની યોજના સફળ પાર પડી કે તુરંત જ તોડો એ તરફ વચવા માટે પડાપડી કરશે મ્યુનિસિપાલિટી પાસે પૈસા ક્યા છે ? એવી વ્યર્થ ખૂબો પાડનારાઓમાં કલ્પના, યોજનાલક્ષિ, લિમિટ્સ ક્યા હોય છે ? આવા કલ્પના-મરત રમિષ્કયમાં લાંબા સમયે ફરનારા શહેરો બાવાઓ જ્યારે મ્યુનિસિપાલિટીઓમાં આવશે ત્યારે તેમના હિતસાદની અનેરી ભરતીમાં ધણીની જડના તજાઈ જશે



અને શહેરની સીકલ બદલાઈ જશે. સુરતને સોનાની મૂરત કહેનારા-  
ઓમાં આ જિર્મિઓ, કુલ્પનાઓ અને રસિક હૃદયો છે ખરા ?

આપણાં શહેરો મોટે ભાગે નદીઓ ઉપર જ વસેલાં છે. સુરત,  
ભરૂચનાં બંદરોની બરાબર ખીલવણી થાય તો નદીની બન્ને બાજુએ  
આપણા વેપારીઓની મોટી મોટી પેઢીઓ જીલી થશે અને છુટ્ટા-  
છવાયા બંગલાઓની હારોથી વિશાળ સરિતાતટની શોભામાં ઓર  
જ વૃદ્ધિ થશે. સ્ટીમ લોચો દ્વારા આજુબાજુના ગામડાંની અવરજવર  
અને વેપારની વસ્તુઓ વગેરેની લાવગવ પણ એ દ્વારા વધશે.

### રસ્તાઓ ઉપરનાં વૃક્ષો

આપણાં મોટાં શહેરોના રસ્તાઓ વિશાળ અને રમ્ય હોવા  
જોઈએ. એ તરફના એ વિશાળ કુટપાથો ઉપર ૩૦-૩૦ ફીટને છેટે  
બન્ને બાજુ છાયાવૃક્ષો વાવવાં જોઈએ. આ વૃક્ષોનાં નામ ઉપરથી  
એ રસ્તાનું નામ પણ પાડવું જોઈએ. અશોકનાં વૃક્ષો બન્ને બાજુ  
હોય તેને 'અશોક એવન્યુ', કાંચનાર વૃક્ષોને 'કાંચનાર  
એવન્યુ' ગરમાળાનાં વૃક્ષોને 'કર્ષ્ણિકાર વિથિકા' આવાં નામો  
આપીને આપણે વૃક્ષોનું ગૌરવ વધારીશું અને લોકોને પણ વૃક્ષોનો  
પરિચય થશે. ગરમાળાનાં વૃક્ષોને પીળાં સોનેરી ફૂલો  
આવે છે; અરે ફૂલ વખતે આખું ઝાડ સોને કેમ ન મદાઈ ગયું  
હોય એટલું બધું રમ્ય લાગે છે. મુલમહોરને લાલચોળ ફૂલો આવે  
છે; Flame of the forest ફ્લેમ ઓફ ધી ફાયરસ્ટ—એવું અંગ્રેજી  
નામ છે. આખું ઝાડ ફૂલથી છવાઈ ગયું હોય છે ત્યારે એને  
દેખાવ દૂરથી સૌનું ધ્યાન ખેંચે છે. આ બન્ને વૃક્ષોને એક જ વખતે  
(મે મહિનામાં) ફૂલ આવે છે. હવે કુટપાથ ઉપર રસ્તાની બે બાજુ-  
ઉપર આપણે આ બે વૃક્ષોને અવરનવાર અર્થાત્ બે મુલમહોરની  
વચ્ચે એક ગરમાળો અથવા બે ગરમાળા વચ્ચે એક મુલમહોર—  
વાચ્યાં હોય તો ફૂલ વખતે આ રસ્તાની શોભા કેવી હોય! દેવા પણ

તે જોવા નીચે પૃથ્વી ઉપર ઊતરે આવી જ રીતે બીજા રમ્તા ઉપર  
જે પેટોફોરમના વૃક્ષો હોય,—એના સુદર પીળા ફૂલો મુખ્યના રસ્તા  
ઉપર ધણાએ જોયા હશે—અને વચ્ચે જૂરા—ફલવાળા જોકેરેન્ડાના  
વૃક્ષો હોય અને આ બન્ને વૃક્ષોને એગ્રિવમા એકીસાથે જ ફૂલ  
આવે છે—તો કેવો સુંદર રમ્તો વાગે! પેટોફોરમના મોનેરી ફૂલો  
વચ્ચે જોકેરેન્ડાના આસમાની ફૂલો કેવા રમણીય લાગે! આરી જ  
ડીતે ત્રીજો રસ્તો જે તરફ જે નેતરસિગી (રપેથોડીઆ)ના વૃક્ષો હોય  
અને તેની વચ્ચે પાદરવો હોય તો? નેતરસિગીના મોટા વૃક્ષો ઉપર  
મોટા કેમરી રંગના (orange crimson) સુદર ફૂલો બેઝે છે.  
મુખ્યમા નેપિયનસી રોડ ઉપર રપેથોડીઆ (ખોટી પાટલા)ના અનેક  
વૃક્ષો રોપેના છે આ બેની વચ્ચે એક પાદરવો (ધરીફાના ઈન્ડીકા)નું  
ગાડ હોય, એ પાટલાને ખાખરાના જેવા લાલચોળ (scarlet  
red) કેમુડાને મગના ફૂલો આવે છે બન્નેને ખીલવાનો મમય  
માર્ચમા જ છે કેસરી રંગી રપેથોડીઆ વચ્ચે લાલચોળ પાટલાના  
વૃક્ષોથી કેવો સુંદર ઉદાય લાગે! શુ સૌન્દર! વાહવાહ! આવા  
રસ્તા ઉપર ફરવા જવાનું કોને મન ન થાય? રપેથોડીઆ અને  
પાદરવાના પુષ્પોથી આપણી લવનાઓની વેણીઓ પણ વધુ ગોબગે.

ચોથો રમ્તો કેમીયા નોડોસાનો પરદેહી ત્રુક્ષ છે પરંતુ એના  
ગુલામી ફૂલોની મોતી લટાર જેની ચમરીઓથી ત્યારે આ વૃક્ષ  
જનાઈ જાય છે ત્યારે આનો દેખાવ ખગેખગ લાલ લાગે છે. કેમીયા  
રીજ્યા, કેસીયા નોડોસા, કેમીયા ઇમાર્ટનેટા—આ ત્રણેય કેમીયાની  
જાતના વૃક્ષો મુખ્યના રસ્તાઓ ઉપર આપણે ધ્યાન એવ્યા વિના  
જહેતા જ નથી. કેસીયા નોડોમાન્ય ગુલામી પુષ્પો (pink)  
અને તેની વચ્ચે કેસીયા ઇમાર્ટનેટાના ગુલામી હાલ વે  
ફૂલો (pinkish red) વાળા ત્રણેથી આ ત્રિવિધની ગોખા  
દિવચરપ બને.

કાંચનારના વૃક્ષોનો પરિચય ધણા ઓછાને હશે. વૈદ્યો આની ઓછાનો ધણો ઉપયોગ કરે છે. બીડી વાળવા માટે આસોત્રાનાં પાન આવે છે તે જ કુડુંબના આ વૃક્ષો છે. આ મુગ્ધપત્રી વૃક્ષો પરેખર દર્શનીય વૃક્ષો છે. બે પાન કેમ જાણે જોડાયેલાં ન હોય એવાં એનાં મોટાં ચળકતા પાન થાય છે અને એની ઉપર મુલાખી, શ્વેત વગેરે સિન્ન સિન્ન રંગનાં મોટા સુંદર ફૂલો આવે છે ત્યારે આનો દેખાવ ભવ્ય લાગે છે. આખી હાર કાંચનાર વૃક્ષોની હોય તો એ રસ્તો જોતાં આંખ ધરાય જ નહિ. આ કાંચનાર વૃક્ષોને મુલાખી, શ્વેત, જરા શ્વેત-મુલાખી એવા સિન્ન સિન્ન રંગનાં પુષ્પો બેસે છે. બે શ્વેત રંગી કાંચનાર વૃક્ષો વચ્ચે એક મુલાખી કાંચનારનું વૃક્ષ વાવવામાં આવ્યું હોય તો કેવું રમ્ય લાગે !

ઉપર જે થોડા દાખલાઓ આપેલા છે તે એક જ વખતે ખીલનાર વૃક્ષોના છે.

પુષ્પવૃક્ષો સિવાય સઘન છાયાવૃક્ષો પણ રાજમાર્ગો ઉપર વાવી શકાય. પુત્રશ્લવ, અશોક, કમરખ, કદંબ, આસોપાલવ, લિંબડો, આંબલી, પારસપીપ્પળો—આ વૃક્ષો છાયાવૃક્ષો તરીકે ઉપયોગી છે. અશોક બ્યારે પુષ્પિત થાય છે, ત્યારે એનાં લાલચોળ ફૂલોના મોટા મુગ્ધાઓનાં દર્શન કરાવે આંખ કૃતામ થાય છે. પારસપીપ્પળાનાં મોટાં પીળા રંગનાં ફૂલો લીલાંછમ પલ્લવો વચ્ચે મુંદર દસ્ય ખડું કરે એવાં છે. લિંબડાને ફૂલો બેસે છે ત્યારે એની ખુશબો દૂર દૂર સુધી વાતાવરણને સુરભિથી ભરી મૂકે છે. આસોપાલવની છાયામાં વટેમાર્ગીઓ જરૂર થોડું થોભી જતા લલચાય. આવાં સુંદર વૃક્ષોનાં વચ્ચે અમુક અંતરે એકાદ ફૂલવાળું જાડ નાખવામાં આવ્યું હોય તો એ દેખાવમાં અવસ્ય વધારો કરે.

શહેર બહારનાં વૃક્ષો

પી. ડબ્લ્યુ.ના માણસો સડો ઉપર ઝાડો ઉછરવા માટે જુ

પરિશ્રમ કરે છે. નાના છોડવા બકરાં વગેરે ન ખાઈ જાય એટલા માટે મજબૂત પાંજરાં ખોડવામાં આવે છે. અમુક અંતરે નિયમિત પાણી પાવામાં આવે છે. પરંતુ રસ્તાની બે બાજુ ઉપર આવેલ ખેતરોમાં વંછો પડે એટલા માટે આ વૃક્ષોને આપણા જેવડું ખેડૂતો વધવા દેતા જ નથી, કાપી જ નાખે છે. લાખો રૂપિયાનું ખર્ચ પરિણામે એકે જળ છે. પી. ડબલ્યુ. ખાતાએ પણ આ અનુભવ ઉપરથી ધણું શીખવાનું છે. સમડીનાં વૃક્ષોનો વંછો ખેડૂતો લાભદાયક ગણે છે. તો પછી ખેતરો આવેલાં હોય ત્યાં ખંને બાજુ સમડીનાં વૃક્ષો શું કામ ન નાખે? ખેતરો દૂર હોય ત્યાં છાયાવાળાં વૃક્ષો ઉછેરી શકાય. સમડી, બાવળ, વિશાખતી આંબલી-આવાં ઝાડો પી. ડબલ્યુ. રસ્તાઓ ઉપર નાખે તો ખેડૂતોને નુકશાન ન થાય તેમ જ બળતણ માટે જ્યારે ત્યારે આ લાકડાં કામમાં આવી શકે. બકરાં અને ગાડરાં માટે સમડી અને બાવળનો પાલો ખાવા ઠીક કામમાં આવે. પોંક વખતે આવાં કાંટાળાં વૃક્ષોની નાની નાની શાખાઓ ખેડૂત કાપી લાવી એની અંધેડી પણ નાખી શકે. આજે તો જે ઝાડ નાખીશું તે પણ ખપનું જ છે એમ માની વિચક્ષણ અમલદારોએ પોતાના રસ્તાઓને ચેન કેન પ્રકારેથી વિભૂષિત બનાવવા જ રહ્યા.

મોટાં શહેરની આજુબાજુ ગામડાંમાં જવાના જે રસ્તાઓ હોય છે તે રસ્તાઓ ઉપર મ્યુનિસિપાલિટીએ (અક્ષય તે એકવા-યર કરી લીધા પછી જ) મહૂડા, જાંબુ, આંબલી, કોડી, સીસમ, શિરીષ, મોરબી બાવળ, છત્રો બાવળ વગેરેની એવન્યુ બનાવવી જોઈએ. કળ, ફૂલ અને લાકડું ત્રણેય કામમાં આવે એવાં વૃક્ષો નાખવાં હિતાવહ છે.

જૂથ, યુકેલિપ્ટસ, શિરીષ જેવા ગંદચુંબી વૃક્ષો શહેરના સરિયામ રસ્તાઓ ઉપર કદી વાવવાં ન જોઈએ કારણ કે વાંજળાંના

તારો નાખવામાં તેથી મુશ્કેલી આવે માટે બહુ જિંયાં વૃક્ષો શહેરના સરિયામ રસ્તાઓ ઉપર કદી ન વાવવા જોઈએ. આવાં વૃક્ષો ઉઘાનોની ચોતરફ વા કોલેજ રોડ તરફ વાવવા જોઈએ. બૂચનાં અધોવિત્તંબી શ્વેતરંગી ખુશબોદાર ફૂલો અને એના એટલાં જ સુંદર પત્રોથી આ વૃક્ષનો અનાદર કરવા જેવું તો નથી જ. યુકેલિપ્ટસ બંગલાઓ, હોસ્પિટલો, બાગોના કંપાઉન્ડોમાં વાવવા જોઈએ.

### ગામડાંનાં વૃક્ષો

હિંદુસ્તાન એ ગામડાનો દેશ છે અને એકલાં શહેરોને સજીવીને જ આપણે નહિ જોઈએ. ગામડાંમાં આજે બાવળનું દાતણ કાપવા માટે બાવળનું ઝાડ શોધ્યું જડતું નથી. નાના નાના કુમળા બાવળના છોડ આટલા માટે ભાગ્યે જ જિંયા વધવા પામે છે. ગામડામાં ઠારને ચરવાનાં ખીડ હોય છે. ખીડ ખેડૂતની પોતાની માલિકીનાં હોય છે. આ ખીડમાં બાવળનાં વૃક્ષો પણ સહેવાઈથી ઉછેરી શકાય. ખેતીના કિયોગમાં આનાં લાકડાં ખેડૂતોને કામ આવે છે, બળતણ માટે પણ કામ આવે છે. ગોરાટ જમીનમાં ખેતરોના છેડે આંખા, જાંબુ, મહુડા વગેરેના વૃક્ષો ઉછેરવામાં આવે છે એ પ્રધાને હિતેજન આપવું જોઈએ. મોટા પાયા ઉપર ગામોગામ નહિ તો દર પાંચ ગામનું એક જૂથ બનાવી, ત્યાં વૃક્ષારોપણ-પર્વ સ્ત્રીપુરુષોની હાજરીમાં ઉજવાવવું જોઈએ. જે વધુ ઝાડો ઉછેરે તેને ધનિમ અને અન્ય પ્રસાદનો રાજ્યે આપવા જોઈએ. ગામડાંના રસ્તા ઉપર ડિ. લો. બોર્ડ ઉપયોગી ઝાડો ઉછેરવા માટે તનતોડ પ્રયત્નો આદરવા જોઈએ. ગામડાની નિશાળ એ ગામડાનું સંસ્કારકેન્દ્ર છે. એમાં નાનો પણ સુંદર ફૂલોના ક્યારાવાળો બગીચો જરૂર રાખવો જોઈએ, બને તો તેવા કંપાઉન્ડમાં ફૂલોની હરિયાળા (લોન) કરવી. ગામડાનું પાંધર આજે પણ અમુક ભાવ અને લવ્યતાનું સ્મરણ કરાવે છે. ત્યાં સુંદર ફૂલઝાડો વાવવાં જોઈએ.

નદી ઉપર આપણા ગામડા આવેલા હોય છે તો નદીકિનારે પણ સહેલાઈથી જીગે એવાં ઝાડો ઉછેરવા રાજ્યે પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ.

ત્યાં ખારી જમીન હોય ત્યાં, શક્ય હોય તો, નાળિયેરીના લાખો ઝાડ વવડાવવા જોઈએ.

### આપણાં પ્રાચીન શહેરોનું સ્મરણ

આ લખતી વખતે રામાયણમાં કરેલ અયોધ્યા નગરીનું વર્ણન મને માઠ આવે છે. શબ્દશ્લોકવિદ પરિણત પ્રણવાળા એ આર્ષ કવિની વાણીની મીઠાશ તો ઝોર જ છે. પરંતુ એમાં એક પણ ચીજને છોડી દેવામાં નથી આવી એ એ આર્ષ ગ્રંથની વિશેષતા છે બાર યોજન લાંબી એ મહાપુરીમાં મોટા રસ્તાઓ હતા (સુચિમવત-મહાપથા)-રાજમાર્ગો શુદ્ધ હતા, આ રસ્તાઓ ઉપર દંભેશાં પાણીનો છટકાવ થતો હતો (જલસિક્તેન નિત્યશ.), અને એ મહારસ્તાઓ ઉપર આવેલા વૃક્ષો ઉપરથી ફૂલો ખરતા તેથી રસ્તાઓ પુષ્પોથી અવકીર્ણ રહેતા (મુન્તપુષ્પાવકીર્ણેન) આ મહાનગરીમાં અનેક ઉદ્યાનો અને ઉપનનો હતાં (ઉદ્યાનાન્નપનોપેતાં) અને ચારેય બાજુ ગગનચુંબી સાનવૃક્ષો (મહતી સાલમેયલામ્) આવેલા હતા.

અને લંકાનું વર્ણન પણ કવિએ કેવું સુંદર કરાવ્યું છે ! લંકાનગરી દસ યોજન વિસ્તારવાળી અને વીમ યોજન લાંબી હતી. અને કયા કયા વૃક્ષોથી તે વિભૂષિત થયેલ હતી તે પણ આપણને બતાવે છે

ચંપક, અશોક, બકુલ, શાલ, તાલ, તમાન, કણ્ણસ, નાગકેમર, દિન્તાલ, અશ્વત્થ, નીલ (કદમ્બ), મક્ષપર્ણ વગેરે વૃક્ષોથી નગરી સુષુપ્તિતા હતી; ચોમેર તિલક, કર્ણિકાર (ગરમાળો), અને પાટલાના વૃક્ષો ઝોબી રહ્યાં હતાં અને આ વૃક્ષો ઉપર ચઢેલી અનેક લતાઓ ઉપર

પુષ્પો શોભી રહ્યા હતા આ વૃક્ષોના સુગંધિ પુષ્પોથી તરમેળ થયેલો વાયુ શરીરના પ્રાણને પોષતો હતો (પુષ્પસ્તસર્ગસુરમિ વયૌ પ્રાણ સ્મોડનિલ) અને આવા તો દ્વિચરણ અનેક પ્રકૃતિસૌદર્યોના દર્શન મહાકવિ આપણને ડગલે ને પગલે કરાવે છે આ વર્ણન ત્યારે વાંચીએ છીએ ત્યારે આજના આપણા શહેરોની કગાલિયત યાદ આવી ચિત્તમા ખેદ થાય છે

કિષ્કિન્ધાકાષ્ઠમા પપા સરોવરનુ અતિમનોહર વર્ણન વાચતા રોમાન્સ ખડા થાય છે પક્ષીઓ અને વૃક્ષો સાથેનું આપણુ તાદાત્મ્ય કેવુ હતું તે તો તે જોવાથી આપણને સમજાય છે

આ વિષય હિપર ઘણુ લખી શકાય એમ છે પુરુષપ્રયત્નથી આપણા શહેરો અને ગામડા આપણે ન દેવન જોના રમ્ય બનાવવા છે છેવટે મહાકવિ કાલિદાસે શકુન્તલાના પતિગૃહપ્રયાણ વખતે જે આશીર્વાદ આપ્યા છે—જે અભિપ્રાય દર્શાવ્યા છે—તે જ પ્રાર્થના આપણે પ્રભુ પાસે વારંવાર કરીશુ કે હે લગવન! આ દેશમા ઠેર ઠેર રમ્ય સરોવરો કમનપુષ્પોથી શોભી રહો રસ્તામા જરા પણ સૂર્યનો તાપ ન લાગે એવા હાવાદુભોથી આપણા માર્ગો શોભી રહો! રસ્તાઓ પવનપરાગની મૃદુ રજ જોના કોમલ હો અને શાન્તાનુકૃલ પનન વાઓ અને અમારો પથ શિવકલ્યાણકારક હો!



## ૨૬. સ્વાસ્થ્ય-સંસ્કૃતિ

આયુર્વેદે હિપદેશેલી દિનચર્યાનું રોજ પાલન કરવામા આવે તો લાગ્યે જ માણસો માદ્ર પડે પ્રાત કાને બ્રાહ્મમુદ્તમા ગ્રહણ, શૌચ જળુ, દાંતણુ કરવું, મોમા તેનના કોમળા ભરવા, વ્યાયામ કરવો, તૈલનુ અભ્યંગ કરી આન કરવુ, મ્વચ્છ વસ્ત્રો પહેવ્વા, આખોમા

એમના છનનમાં એ જ્ઞાન મૂર્તિમત બની રહેતું હતું અને એ જ ખરો માર્ગ છે



## ૨૭. વિજ્ઞાન અને જ્ઞાન

‘વિજ્ઞાન’ શબ્દ વેદાન્તનો છે. ગીતામાં અનેક સ્થળે ‘જ્ઞાન વિજ્ઞાનમ હિત’ શબ્દો વપરાયેના છે. ઉપનિષદોમાં ‘વિદ્યા’ અને ‘અવિદ્યા’ શબ્દો આ જ અર્થમાં વપરાયેના છે. અવિદ્યાથી અમૃતત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. ટૂંકમાં વેદાન્તનો ‘વિજ્ઞાન’ શબ્દ આજે ભૌતિક શાસ્ત્રો—Physical Sciences અર્થમાં વપરાતો રૂઢ થઈ ગયો છે.

વિજ્ઞાન—ભૌતિક શાસ્ત્રો—ની જરૂર બધા જ સ્તરીકારે છે. ‘વિજ્ઞાન’ની નિંદા કરી શકાય એમ છે પરંતુ એની ભૂમિ બાજુ ભેગા કરતા એની ઉત્તર બાજુ ભેગી જ મારી છે, એમ માની નિગાન ઉપર થોડુંક વિદગાવલોકન કરીશું.

વિજ્ઞાન ખૂબ જ ફાલ્ગુફલ્યુ છે. ઠોઠ કાળે નહિ ભેગે એવા વૈજ્ઞાનિક જગતમાં આજે આપણે વમીએ છીએ આજે આપણી મોટરો ચાલે છે, આપણે ચડતા નથી લિફ્ટો ચડે છે, આપણે બોનતા નથી, આપણા વતી આપણા રેડિયો બોને છે સાત સાગરની પેલી પારતુ સંગીત આજે આપણે સાલગી શકીએ છીએ જોડ કડે છે કે આજે આપણું Press the button Existence છે—દરેકમાં બટન દાખલુ એટલે બસ, મહાશક્તિ પૂરપાટ વેગે આપણને વિશ્વમાં ફેરવી લાવશે.



માનવીના સુખ માટે વિજ્ઞાને ઘણું કર્યું છે પરંતુ આ બધું સુખસાધનો બોગ—વિનાસો પ્રયત્ન વેગે ઉડુચન—આ મધ્યાથી મનુષ્યજાત શું ખરેખર સુખી થઈ છે? આ વિજ્ઞાનથી આજે અદ



તમા અદેકો માણસ પણ અંબઈ ગયો છે અને તેનાં ગુણગાન-  
વાવામાં ગૌરવ લેતો થયો છે. વિદ્વાનો કરતાં જૂથજનો ભૌતિક વિજ્ઞાનનાં,  
ખૂબ વખાણ કરતા થયા છે. (આ વિજ્ઞાનયુગનું જોડે (ઇલાકાના-  
મશહર માનસશાસ્ત્રી અને તત્ત્વવેત્તા) ઠીક મૂલ્યાંકન કર્યું છે. તે કહે-  
કે કે "We have mastery of means and bankruptcy  
of ends.") સાધનોના ઢગો આપણી સામે ખડકાયેલા છે અને તે  
મધ્ય ઉપર આપણો કાબૂ છે પરંતુ એની પાછળ કોઈ વિશિષ્ટ  
ધ્યેય નથી-લાવના નથી. સાધનોના ઢગ અને હેતુ યા દષ્ટિનું દેવાળું  
એ આજનો જમાનો છે.

. \*

વિજ્ઞાને જે અદીદ સિદ્ધિઓ ખડી કરી છે તેની સાથે જીવનની.  
સવ્યતા-આદર્શની ઉચ્ચતા ખીલવી હોત તો આજે જે લય'કર-  
યુગમાં આપણે આવી પડ્યા છીએ તે જોવાનો વખત ન આવત.  
ભૌતિક શાસ્ત્રો પાછળ વિજ્ઞાનીઓ પડ્યા, એમની પાસે માનવ-  
કલ્યાણની લાવના ન હતી. જે સજ્જન તેઓ કરી રહ્યા છે તેથી  
શું પરિણામ આવશે એ જોવા નેટકી વિશાળ દષ્ટિ તેમનામાં ન  
હતી. તેમનામાં ધૂન હતી, ઉત્સાહ હતો અને શોધો થઇ. પ્રયોગ-  
શાળાઓ ખોલી એટલે પરિણામ કંઈ લાવવું જ જોઈએ. પરિણામે  
આજે હેતુ સિવાય ભૌતિક શાસ્ત્રોએ નવાં બળો ઉત્પન્ન કર્યાં છે.  
વાંદરાના હાથમાં રત્ન ગયું છે. જોડના શબ્દોમાં કહ્યું તો 'School  
boys, Savages' છોકરવાદી વિદ્યાર્થીઓ અને જંગલીઓના  
હાથમાં આ મહાશક્તિઓ પડી છે. આ શક્તિઓને વશ રાખવાની  
દત્તી તેની જગાએ આ શક્તિઓ જ માનવજાત ઉપર સવારી કરતી  
થઈ ગઈ છે. શિવે દક્ષવશવંસ વખતે ગળેા સજ્જ્યા હતા પરંતુ  
તેનું નિયમન તેમને માટે શક્ય હતું. આજે તો વિજ્ઞાને આ ગળેા  
ઉત્પન્ન કર્યાં છે પરંતુ તેનું નિયમન તેમના હાથમાં રહ્યું નથી.

પરિણામે આજના વિચારકોને આ ભૌતિક વિકામવાદ લયંકર, જણાતા લાગ્યો છે. આ નિચારકો-જેવા કે જોડ, જગ, જિરાદ, હડ, એડોમ હજીની, જન્મ એડિ ગટન, એલેક્ટ્રિક કેરેલ, ઈનેથ વોકર વગેરે-કહે છે કે આટઆટલા સાધનો સાથે માનવજાત આજે જેટલી દરિદ્ર છે નિસહાય છે-તેટલી કદી ન હતી. ભૌતિક ઉત્ક્રાન્તિ Physical Evolution હવે પૂરી થઈ છે અને હવે જરા પણ કાનક્ષેપ સિવાય જો માનવ જાત આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાન્તિ Spiritual Evolutionમાં મ્યુટેશનથી અર્થાત્ સહસા વિવર્તવાદથી જો ફેફકો નહિ મારી શકે તો તેને બચવાનો આરો જ નથી. અને આ માટે આ આ બધા વિચારકો પૂર્વ સામે જોતા થયા છે. યમ, નિયમ, બ્રહ્મચર્ય, સાધના, તપશ્ચર્યા, યોગ આ બધા સબધી વિચાર કયાં વિના માનવજાત બચવાની જ નથી એમ જોડ તો કહે છે. એ આજની દુઃખી અને વિભ્રાન્ત માનવ જાત માટે મારું પ્રસ્ક્રિપ્શન તો ધ્યાન, ધારણા, તિતિશ્ઠા, યમનિયમ, પ્રાણાયામ, મૌન વગેરે છે.

x

શ્રી અરવિંદ માનવતા ઉપર જે દિવ્ય શક્તિનું અવતરણ કરવા માગે છે તે આ સાથે વિચારી જોવા જેવું છે. દિવ્ય શક્તિને અવતારવી હોય તો આપણે પ્રત્યેક જડ ભૌતિક પદાર્થોને દિવ્ય બનાવવા પડશે. Evolution & Involution must go together. જે દિવ્ય શક્તિ અવતારવાની જરૂર છે તેને માટે પાત્ર થવાનું અનિવાર્ય છે. અંતરબવગાહન, લગવાનને ચરણે પોતાની જાતને અર્પણ કરવી, અહતા માત્રનો દબ્બેદ કરવો-આ બધા મિત્રાયદૈવી જીવનનું અવતરણ શક્ય જ નથી. ભૌતિક શાસ્ત્રોની ખોલવણીની જરૂર હતી. જે આધ્યાત્મિક ભૂમિકા ઉપર માનવ સમાજ રચવાનો છે તે માટે પણ આજની આ દશા અનિવાર્ય હતી ભૌતિક સાધનો પોતે 'દાહ' નથી, એ સાધનો માનવજાતની આધ્યાત્મિકતામાં અંતરા

પણ નથી પરંતુ એ પચાવવા શુદ્ધ બ્રાહ્મણો જોઈ શે-વિજ્ઞાન સાથે જ્ઞાન-Intuition નહિ હોય તો આપણી મુક્તિની સંભાવના નથી. Both must run parallel-અને સમાન ચાલવા જોઈએ. તો જ સુસંવાદિતા પ્રગટશે, માનવજીવન લઘ્ય થશે અને જે આસુરી બળો આજે છૂટાં મુકાયાં છે તે જ બળો પાસે મુંઢર કામ લેવાશે.

✽

પ્રાચીન યુગમાં સુદ્ર જીવનની ઉત્ક્રાન્તિ થતાં થતાં મોટા વિકરાળ-કાય સર્પો જેવાં બૃહત્કાય પ્રાણીઓ mesozoic reptiles-અર્થાત્ હતાં એમ ધડિતો આપણને કહે છે. આ પ્રાણીઓનાં કાય એટલાં મોટાં હતાં કે તેને કેમ ફેરવવાં, ચલાવવાં તે માટે જે મગજ જોઈતું હતું તેના તેમાં લગભગ અસાધ્ય હતો. આજે વિદ્વાનો એમ કહે છે કે યંત્રો, ફેક્ટરીઓ, અનેક જાતની વિકરાળ શક્તિઓ રૂપી સમાજનું આજનું પ્રચંડકાય શરીર પણ નાનાં મગજોને લઈને, કેમ વ્યવસ્થિત કરવું તે કોઈથી સમજાતું નથી. જેમ એ મહાકાય સર્પો છેવટે નાશ પામ્યા તેમ જ આ વિરાટકાય સમાજ પણ પોતાના જ ભારથી ભાગીને નાશ પામવાનો છે; સિવાય કે કોઈ વિરાટ પુરુષના મગજ-માંથી આને કેમ બચાવે તે નિર્દેશાય. આથી જ લૌતિક વિજ્ઞાનની સિદ્ધિઓથી આનંદ પામવાનું નથી. તે વિરાટ શક્તિઓને એટલા જ વિરાટકાય શાનીઓ પોતાના તપોબળે કરી માનવજાતના ઉત્કર્ષ માટે ન વાપરી ગતાવે ત્યાં સુધી માનવજાત બચવાની નથી. આજના યુવાનોને વિજ્ઞાન સંબંધી મારા વિચારો પસંદ નહિ પડે એ હું સારી રીતે બાંધું છું. પરંતુ મારો તો આમદ છે કે લૌતિક-શાસ્ત્રો સાથે જ્ઞાનવાન યાઓ. એ જ્ઞાનચક્ષુઓથી જે જણાશે તે જ સાચું અને ચિરસ્થાયી હશે.

## ૨૮. વિજ્ઞાનના ભવિષ્યમાં

એક વખત હું રકાકેટ રેલી માટે પાવાગઢ ગયો હતો. મારા મુકામ સામે એક ઝાડ હતું. એક દિવસ અચાનક મધમાખીઓનું ટોળું એ ઝાડની એ મોટી શાખાઓ વચ્ચે આવેલી એક નાનકડા ડાળખી ઉપર બેસવા લાગ્યું. પ્રથમ મધમાખ-રાણી, પછી મજૂરો એક પછી એક, હજારોની સંખ્યામાં આવ્યા, ગણગણવા અને અંતે એ નાનકડી ડાળ ઉપર બેઠાં. ખીન્ને દિવસે મેં જોયું તો ખાસે મોટા મધપૂડા બની ગયો હતો.

દરરોજ સવારમાં હું આ મધપૂડો જોતો હતો. મધમાખીઓ કંઈ જતી હશે, શું લાવતી હશે, વગેરે જોવાનજીવાની મોઝમોઝા હતી. પરંતુ કશું જ બનતું હતું નહિ. મધપૂડો શાંત, નિશ્ચલ જામ્યો હતો.

પરંતુ એક દિવસ એ મધપૂડા પાસે એક ગરૌણા (lizard) મારા જોવામાં આવી અને મારા અચંબાતો પાર ન રહ્યો. આ ગરૌણા મધપૂડા પાસે કેમ બેઠી હશે એ જાણવાતું કુતૂહલ વધ્યું અને મેં જાણ્યું કે એ જાનીમાની મધમાખીઓને હજમ કરતી હતી ! ગરૌણાએ પોતાની પૂંછડી જે ડાળ ઉપર મધપૂડો હતો તે ઉપર જ લપેટી હતી અને એકે એકે મધમાખી પકડીને તે ઉમણી કરતી હતી. જાણે કે કંઈ જ બનતું ન હોય એવી શાંતિપ્રવર્તી રહી હતી.

મધમાખીઓનો ગણગણાટ હમેશ મુજબ ચાલી જ રહ્યો હતો. પેલી ગરૌણી તરફ હું એકાદસે પાંચેક મિનિટથી જોયા કરતો અને એ દરમિયાનમાં ચાર વખત એ ક્રિયા—માખીઓને આરોગી-જવાની—ચાલતી. પછી આંખો બંધ કરી એ શાંતિથી સૂઈ જતી ! મધમાખીઓને ખબર ન હતી કે તેમનો કાળ ૩-૪ ઈંચ દૂર જ શાંતિથી પોટેલો હતો.

દરરોજ એ ગરોળી ત્યાં બેસતી. મધમાખો પકડતી અને ખાતી. ખાઈને તે હુષ્ટપુષ્ટ થતી પરંતુ મધપૂડો ઝોહો થતો જણાતો. મેં પાવાગદ છોડતી વખતે ત્યાંના એક વતનીને આ ક્રિયા હંમેશાં જોયા કરવાનું અને આખર શું થાય છે તે જણાવવાનું કહી રાખ્યું હતું. ખમર પ્રમાણે બે મહિનામાં આખોયે મધપૂડો આ ગરોળી ખાઈ ગઈ હતી ! મધપૂડો પૂરો થયા બાદ ગરોળી ત્યાંથી અદૃશ્ય થઈ ગઈ હતી ! મધપૂડાના ચોડાક કડકાઓ ડાળે વળગેલા રહ્યા હતા.

નૈસર્ગિક પ્રેરણા-instruct-ઉપર ચત્ર વિચારની આ સંપૂર્ણ જીત હતી. આ છતાંય લોકો કહે છે કે મનુષ્યસમાજની રચના લવિષ્યમા આ મધમાખીના સામ્યવાદને ધોરણે જ રચવી પડશે. મધમાખીનું સમાજતંત્ર એ સંપૂર્ણ સામ્યવાદ છે. એના કરતાં ખીણું સાડું ધોરણ મનુષ્યજાતિ માટે છે જ નહિ, એમ લાંબા કાળથી ઘણા કહેતા આવ્યા છે અને હજીયે આપણા હિંદી સામ્યવાદીઓ પણ આવા જ ધોરણ ઉપર સમાજની રચના રચવાનું કહી રહ્યા છે.

પ્રત્યેક મધપૂડો એ એક સ્વતંત્ર રાજ્ય છે. ત્યાં સમાજના સામાન્ય હિત માટે સર્વ નિયમિત કામ કરે છે અને અન્ય કોઈ જો ત્યાં ધૂસવા આવે છે તો જમરજસ્ત સંગ્રામ માખીઓ જમાવે છે. પ્રત્યેક મધપૂડો સામ્યવાદી તંત્રનો ઉત્તમ નમૂનો છે. ઉત્ક્રાન્તિના ક્રમાનુસાર મધમાખીઓએ મધપૂડામાં એક એવી રાજ્યતંત્રની રચના કરેલી છે કે તેનો જોટો ખીજો કંઈ જોવા ન જ મળે ! એ રાજ્યતંત્રનો ઉત્તમ નમૂનો છે એમાં સંશય છે જ નહિ.

મધપૂડામાં જે મોટી સંખ્યા છે તે કામ કરનારી માખીઓ—  
— ‘વર્કર્સ’—ની છે, જે રાતદિવસ રાજ્ય માટે—રાજ્યના ભલા માટે—મહેનત કરે છે. આ ‘વર્કર્સ’—કામદારો—એ બધી સ્ત્રીઓ છે જેમણે પોતાનું માનવ-પ્રજાજીવિ-સમાજના સુખ માટે જીવું કયું છે. દૂકમાં

મધપૂડાના આ કામદારો વધ્યા સ્ત્રીઓ છે. આ વધ્યાઓ ઉપર એક આપખુદ-autocrat-રાજ્ય કરે છે જેને આપણે 'રાણી' કહીએ છીએ. એક ખાસ પ્રકારનો ખોરાક, જે કામદારો ન્યારે તે નાની, અપકવ અવસ્થામાં હોય છે ત્યારે તેને ખનડાવે છે એટલે જ રાણી થઈ શકે છે. મધપૂડામાં જે કોષ પ્રજા ઉત્પન્ન કરનાર હોય તો તે કેવળ આવી રાણીઓ જ છે. એક જાતનો ખાસ ખોરાક ખવડાવવાથી જ આ રાણીઓ ઉત્પન્ન થાય છે એ વાત જો ખરી હોય તો બધામાખીઓ કુદરતનું એક ગુપ્ત રહસ્ય શોધી શકી છે એમ કહેવામાં અતિશયોક્તિ થતી નથી. ઇચ્છા મુજબ સિંગ-જનતિ-Sex-નક્ષી કરી શકે એવો ખોરાક જો મનુષ્યજાતિ શોધી શકે તો જગતમાં કેટલી ઉચ્ચપાયાલ થાય! વિજ્ઞાન આ નજદીકના લવિધ્યમા આવું કશું કરવા માગે છે. પરંતુ હાલ તો મધમાખીઓ આપણી સુધરેલી સમાજ-વ્યવસ્થા કરતાં ઘણી આગળ છે જ.

૨. મધપૂડામાં 'નરો' છે જેને 'prones' કહેવામાં આવે છે. એ કામ કરતા નથી પરંતુ આજસુ જીવન જીવી રહ્યા હોય છે. મધપૂડાને ભોગે એ જીવે છે. આ 'નરો'માંથી કોઈ એક નર ન્યારે રાણીને ગર્ભવતી બનાવે છે ત્યારે તેના અસ્તિત્વની મુદ્દલેય જરૂર મધપૂડામાં જણાતી નથી. પરિણામે 'કામદાર' સ્ત્રીઓ આ નરો ઉપર તૂટી પડે છે અને ડંખ મારી મારીને તે 'નર' ને મારી નાખે છે. નરને બિચારાને ડંખ હોતો જ નથી. ડંખ હોય તો સામે મારે ને ઈ ખરેખર મધપૂડાના સામ્રાજ્યમાં સ્ત્રીચારાજ્ય છે અને સ્ત્રીઓનો નરો ઉપર ઓછો જુલમ છે !

લવિધ્યના સામ્યવાદી તંત્રમાં મનુષ્યસમાજમાં પણ સ્ત્રીઓનો નરો ઉપર જ આવો જુલમ હશે કે કેમ તે કોણ કહી શકશે ? મનુષ્યસમાજમાં નર વિશેષ સક્રિય છે અને 'માદા' અક્રિય-passive-છે પરંતુ પુરુષના જુલમોનો ભોગ માદાઓને બનવું પડે છે એમ ઘણા

માને છે ! લવિખ્યના માનવસમાજમાં વિજ્ઞાન, નરોની સંખ્યા અત્યદ્ય ખનાવવાની ઉમેદ રાખે છે જેથી હાલનો પ્રજા-પ્રશ્ન ( population -problem ) સહેલાઈથી ઉઠેલી શકાય. મધમાખીઓ માફક અસ્થિર જનતિ—‘sex at will’—ઉત્પન્ન કરી શકશે ત્યારે મનુષ્યસમાજ કેવો હશે તે આજે કહેવાની ધૃષ્ટતા શે થાય ?

વિદ્વાનો કહે છે કે છેલ્લી સદીમાં સૃષ્ટિ ઉપરની જનસંખ્યા ચારગણી વધી છે. દરેક સુધરેલા દેશમાં આપણે વધુમાં વધુ વસ્તીના શિખરે આવી પહોંચ્યા છીએ. ‘સંતતિનિયમન’ની સેવાઓ પ્રજા પાસે મોજુદ છે—કેટલાક સુધરેલા દેશોએ આની મદદથી પ્રજાની સંખ્યા ઘણી ઘટાડી પથ્થુ છે. પરંતુ કેટલાક ચોખ્ખાંચોખ્ખાં, સાથે સાથે ગોરી પ્રજાઓને ચેતવવા માંડી છે કે ‘એ ગૌરાંગો ! એતો, આપણી જનસંખ્યા ઘટશે અને કાળી તથા પીળી પ્રજાની સંખ્યા વધ્યા કરશે તો આપણે એ પ્રજાઓથી મહાત યુદ્ધ’ !

વિજ્ઞાનમાં રસ લેતા અને આધુનિક વિજ્ઞાનને જ અબ્બુદયનો કંતી માનનારા કહે છે કે જનસંખ્યા વધી છે તેવું કારણ ચિકિત્સા-શાસ્ત્રની અદ્યુત ખીલવણી એ જ છે. પ્રથમ લાખો બાળકો મરણશય્ય થતાં હતાં તે હાલ નથી મરતાં, અને આ બાળકો ખીજાં બાળકોને જન્મ આપી રહ્યાં છે. “સર્વજો નબળાને ખાશે”—survival of the fittest—એ નિયમ જૂડો પડ્યો છે. વધુ unfit—નાલાયક પ્રજા વધવા લાગી છે. વિદ્વાનો કહે છે કે C3 ત્રીજા નંબરની અયોગ્ય પ્રજા દિન પર દિન વધી રહી છે ! પરંતુ વિજ્ઞાનની મદદથી એને યોગ્ય બનાવવાના સઘળા પ્રયત્નો ગતિમાં મુકાયા છે. સગર્ભાવસ્થામાં, પ્રસૂતિ વખતે, પ્રસૂતિ પછી—માતાઓની સંભાળ ત્રીજીવટથી રાખવામાં આવે, છે. તેમના આદારવિહાર ઉપર પુષ્કળ પ્રકાશ પડ્યો છે. સ્ત્રીરોગ જેવો દારુણ રોગ લગભગ અદર્ય થવાની અણી ઉપર છે. માતાના ઉદરમાં હોય છે ત્યારથી તે બહાર

આવે છે અને મોટા થાય છે ત્યાં સુધી બાળકો માટે પૂર્ણ કાળજી રાખવામા આવે છે તેમને માટે મક્કત દૂધ પાવાની વિશાળ પાળ ઉપર યોજનાઓ, શિક્ષિત દુનિયામા, અમલમા મુકાયેની છે ' વિટા મિન'ની શોધથી, સંપૂર્ણ સ્વચ્છતાથી, નિશાળોમા બાળકોની વૈદ્યગીય પરીક્ષાઓથી, આખ, દાંત અને કાકડાની સલાળથી મરણપ્રમાણુ ખૂન જ ધટયુ છે અને હવે ખુલ્લા જગ્યામા રહેનાતુ અને ગમવાતુ, રમતગમતો, વ્યાયામશાળાઓ, વગેરેની યોજનાઓ વિચારાઇ નહેલી છે મોટાઓ માટે કામ કરવાના ઓછા કનાકો, યાત્રા કૌશલ્ય, ઉચિત ખાનપાન, રહવાની ગોઠવણો અમલમા આવી ગઈ છે

C3 ત્રીજા વર્ગની જે પ્રજા જન્મી ગઈ છે તેને માટે આ બધુ જ બરાબર છે એ પ્રજા જન્મી ગઈ છે એટલે હવે તેમને માટે જે થઈ રહ્યું છે તે બરાબર છે પરંતુ વિદ્વાનો હવે વિચારી રહ્યા છે કે આમાનો મોટો ભાગ જનમ્યો જ ન હોત તો સારુ થાત ભવિષ્યમા આવુ ન થાય તે માટે અગમચેતી રાખવાનો વિજ્ઞાનની ફરજ બાંધી થઈ છે ! પ્રજા ઓછી થાય, જે થાય તે સુયોગ્ય થાય- એ વિજ્ઞાનનો આ શ્રેષ્ઠ સુપ્રજનનશાસ્ત્ર-Eugeneatics-ખીલ્યુ છે- ખીલ્લી રહ્યું છે અનનવા પ્રયોગો વનસ્પતિ, પશુપખી અને અન્ય જીવો ઉપર ચાલી રહ્યા છે જે પોતાના કુટુંબનું સારી રીતે ભરણ પોષણ કરી શકે તેમની પ્રજાને ડેળની શકે એવા જ કુટુંબોને પ્રજા ઉત્પન્ન કરવાનું કહેવામા આવશે દરેક કુટુંબનો ચોપડો રાખવામા આવશે, એમા એના પેઢી દર પેઢીનો ઇતિહાસ લખાશે કયા રોગોથી કોણ મરી ગયું તેની નોંધો લેવાશે ચાલી પરમિયા જેવા એપી રોગોનો અસર એ કુટુંબમા છે કે નહિ તે તપાસીને નોંધાશે ક્ષય, કેન્સર, હિન્માદ, રક્તસ્રાવ ( હિમોફિલિયા ) વગેરે રોગો બરાબર નોંધાશે અને લગ્ન કરતી વખતે સમજજાણીઓ અને ચિકિત્સકો સાથે બેસીને લગ્નપ્રથિઓ રચવાની રજા આપશે તો જ લગ્નો થશે Mental Ineffective Acts-મગજની બોડખાપણવાળા જે માખાપો હોય



તેની પ્રગતિ શરુઆતથી જ રાજ્ય એ માળાપોથી વિખૂટાં પાડી માનસિક રોગના નિષ્ણાતોની મદદથી ચાલતી મંથાઓમાં ઉઠેરવામાં આવશે.

ચિકિત્સાશાસ્ત્રમાં શસ્ત્રક્રિયા પણ આ કલ્યાણોજ્જનાની વફારે ધાર્ધ છે. જે પુરુષ યા સ્ત્રીને સંતાનની જરૂર ન હોય તેમની ઉપર શસ્ત્રક્રિયાઓ કરવામાં આવે છે. પુરુષ ઉપર આ જાતની શસ્ત્રક્રિયા ઘણી સહેલી મનાય છે. અંડમાંથી ઉપર જતી એક વીર્યવાહી નલિકાને વચમાંથી કાપીને બાંધી દેવાથી અંડકોષમાં ઉત્પન્ન થતા વીર્યજીવો ઉપર ચડી શકે નહિ અને આવી રીતે લગ્નસુખ ભોગવી શકાશે. છતાંય પ્રજા નહિ થાય. જર્મનીમાં હિટલરે આવું વિશાળ પાયા ઉપર ક્યું દહું. આંડ, માનસિક યોગ્યાંજીવજી, ભયંકર મુનેશરે, વારસામાં સંક્રાન્ત થતા કેટલાક દુઃખપરંપરા જન્મવનાર રોગોથી પીડિત થતા માણસો આ બધા પુરુષોને ખસી કરવામાં આવે છે. એરી વૃક્ષોનાં એરી બીજ જન્મશે જ નહિ.

ધોડદોડની હરીકાષ્ઠના સુંદર ઘોડાઓની સાતસાત પેઠીઓના ઇતિહાસો રખાય છે અને ઓલાદ સુધારવા માટે લાગે અને કરોડો રૂપિયા ખર્ચવામાં આવે છે. શિકારી કૂતરાઓ, ઘોડરોડની હરીકાષ્ઠમાં ઉતારવાના ઘોડાઓ અને દુઝણી ગાયો-આ ત્રણ માટે કરોડો રૂપિયાનો આપણે આજે ખર્ચ કરી રહ્યા છીએ. પરંતુ મનુષ્યઓલાદ સુધારવા માટે આપણે શું કરીએ છીએ? પરંતુ મનુષ્યઓલાદ સુધારવી એ ઘોડા આદિ ઓલાદ-સુધારણા જેવું સહેલું કામ નથી. ઘોડામાં ઝડપ, ચાલાકી જેમ્મ. પશુઓમાં એક જ ગુણની અભિવૃદ્ધિ આપણે ઇચ્છીએ છીએ. મનુષ્યજનમાં એક જ ગુણની અભિવૃદ્ધિ શક્ય જ નથી-એનો વંશશુદ્ધિનો પ્રશ્ન જખરો જદિલ બન્યો છે. અતિમાનવ-ગુલામ-કેઈ આમ ન જન્માવી શકાય. સામાન્યમાંથી પ્રમામાન્યનો પ્રાદુર્ભાવ એનું નામ 'અનિવસ'-પ્રાણીશાસ્ત્રનું 'અધુરે

પરંતુ મનુષ્યોમાં લાવનાઓ, વૃત્તિઓ, એવી છે કે તે સુખ-જનનશાસ્ત્રના નિયમોને વશવર્તી નહિ જ રહે. એકાદ અતિમુંદર કુમારિકાનો બેટો થયો—આખે આખ મળી-સંવનન ચાલ્યું અને બન્ને પરણી ગયા. કુદરતી પ્રેરણાઓને સ્થગિત કરવાની વિદ્યાનને સત્તા પ્રાપ્ત થશે ખરી ? ગમે તેવા સિદ્ધાન્તોનું, ક્રિયામાં ઉતારતા, પાણી મપાય છે.

અને આથી જ પ્રોફેસર હેફેડેનનાં ટ્યુમ બેબીઝ “ Ectogenic Baby ” તરફ વિશ્વનું ધ્યાન ખેંચાયું છે. પ્રયોગશાળામાં ફલિત થયેલા સ્ત્રીબીજને અનુકૂળ સંન્નેગોમાં ગરમી પ્રકાશ ધ્વણાદિમાં રાખવામાં આવે છે. માતાના રક્તમાં જે તરવો છે તે તમામ તરવો-વાળું બનાવટી પ્રવાહી એ ફલિત સ્ત્રીબીજ (fertilized female cell) ને પહોંચાડવામાં આવે છે. દ્વંકમાં, માતાના ગર્ભાશયમાં જેવી ગરમી, પ્રકાશ, પ્રવાહી વગેરે ગર્ભને મળે છે તે તમામ બનાવટી રીતે તે ફલિત સ્ત્રીબીજને આપવામાં આવે છે. સંલવ છે કે આમ અનુકૂળ સંન્નેગોમાં રખાયેલું સ્ત્રીબીજ યા સ્ત્રીકોષ (cell) વિભાજિત થશે, વધશે અને અંતે પુખ્ત કદનું જીવન્ત પ્રાણી બનશે. અમેરિકાના એક ડોક્ટરે અમુક કોષસમૂહ-tissue-ને આવા પ્રવાહીમાં વર્ષોથી રાખ્યું છે અને તે જીવતું જણાયું છે. કૃતરાણા હૃદયને તેના શરીરમાંથી છૂટું કરી, યોગ્ય મિશ્રણ પહોંચાડી વર્ષોથી ધબકતું રાખી શકાયું છે. પરંતુ હજી કોઈ જીવન્ત પ્રાણી ઉપર-ફલિત થયેલા સ્ત્રીબીજને પકડી યોગ્ય મિશ્રણમાં રાખી, પુખ્ત કદનું બનાવી શકાયું નથી. પરંતુ પ્રાણીશાસ્ત્ર (બાયોલોજી)ના અદ્યતન પ્રયોગોએ હાલ એવા કેટલાક આશ્ચર્યમાં મરક કરી નાખે એવાં ઈર્જા ઉપર અને ઈર્જામાંથી નીપજતી ધ્યજો (લાવા) ઉપર-પ્રયોગો અજમાવ્યા છે અને આપણને લવિધ્યની ઉજ્જવલ આશાઓ આપી છે.

‘Fundulus-ફંડ્યુલસ’ નામની એક મચ્છી થાય છે. તેનું ઇંડું મીઠાવાળા પાણીમાં (salt-water) મૂકીએ તો અંદરથી ધ્યજ

(લાવી) નીકળે છે. સાધારણ રીતે આ મચ્છીને જે આંખો હોય છે—જે બાંજુ તરફ જે. પરંતુ જે પાણીમાં મેગ્નેશિયમ ક્લોરાઇડ લિમેરી તેમાં જે મચ્છીને રાખવામાં આવે છે તો એ મચ્છીને જે તરફ જે આંખોને બદલે વચમાં જ ફક્ત એક મોટી આંખ નીકળે છે !

‘સી-અર્ચિન’ નામનું નાનકડું કાંટાવાળું પ્રાણી બધાંએ જોયું હશે. એનાં ઈંડાં સમુદ્રના પાણીમાં હોય તો એમાંથી ‘સી-અર્ચિન-સ’ નીકળે છે પરંતુ જે આપણે એ સમુદ્ર પાણીમાંથી ચૂનાતો લાગ એની લાંબા અને ઈંડાં રાખીશું તો ઈંડું બિલકુલ વધશે નહિ.

આ ઉપરથી આપણે જાણી શકીશું કે જે વાતાવરણમાં—સંતેજોમાં ઈંડું વધે છે. આ નથી વધતું તે વાતાવરણની ઈંડાં ઉપર ધણી જ અસર હોય છે.

વળી ઈંડામાંથી પ્રાણી બહાર આવે છે તેમાં આહાર પણ અગત્યનો લાગ લાગે છે. આ વિષે દેડકાંનાં ઈંડાં—જે સહેલાઈથી પ્રાપ્ત કરી શકાય છે—ઉપર કેટલાક અદ્ભુત પ્રયોગો થયેલા છે. દેડકાંનાં ઈંડાં (ફલિત થયા બાદ) પાણીમાં જ સેવાય છે. પાણીમાં તે ઇશ્વરના રૂપમાં રહે છે અને માછલી માફક તેમને પાંખો (fins) હોય છે. આ ઇશ્વરોમાંથી ‘ટેડપોલ્સ’ થાય છે. આ ટેડપોલમાંથી દેડકું થતાં પહેલાં તેની પૂંછડી, અને પાંખો બન્ને યુગાવે છે.

હવે આ ટેડપોલમાંથી દેડકું થતાં ગરમીના આધાર જતાંય ધણાં અનુભવો લાગે છે. પરંતુ જે પાણીમાં ટેડપોલ તરતું હોય તે પાણીમાં થોડાક યાદરોઝક અંચિનું સત્ત્વ (એક્સટ્રેક્ટ) નાખીશું તો ત્રીજા લાગના વખતમાં—મહિનો થતો હોય તો ૧૦ દિવસમાં—ટેડપોલમાંથી દેડકું થાય છે.

ટેડપોલને મનુષ્યોની માફક નાની યાદરોઝક [કંટ્રીબ્યુ] અંચિઓ હોય છે અને ટેડપોલને મારી નાખ્યા વિના આ અંચિઓ તેના દેહમાંથી કાઢી શકાય એમ પણ છે. જે આમ કરવામાં આવે છે તો

એક વિચિત્ર વાત બને છે ટેડપોલ મોટું ને મોટું વધતું જ જાય છે પરંતુ દેડકું થતું નથી. ટેડપોલમાથી દેડકું થવા માટે તેને તેની યાદરોઝડ અથિઓની જરૂર પડે છે. હવે જો એ ટેડપોલને-યાદરોઝડ અથિવિહીન ટેડપોલને જો તમે થોડું થોડું યાદરોઝડ અન્યિનુ સસ્ત્ર આપશો તો તુરંત જ તે દેડકામા બદલાઈ જાય છે અર્થાત્ હવે આપણે કહી શકીએ છીએ કે ટેડપોલમાથી દેડકું થવા માટે યાદરોઝડના સસ્ત્રની તેને જરૂર છે જ.

આ જ પ્રમાણે જો મનુષ્યજાતિને બનાવવાની કે બદલાવાની શક્યતા હોય તો એનું પરિણામ શું આવે ? આ પ્રશ્ન એડોલ્ફ હિટલરે *Brave New World* 'બહાદુર નવી દુનિયા' નામની તેની ચોપડીમાં ચર્ચી છે. સ્ત્રીબીજ કયા સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાથી લેવામાં આવ્યું છે, કયા પુરુષના વીર્યથી તે ફલિત થયું છે, આ જાણવા પછી આપણે ભાવિ પ્રજાની ભુદ્ધિ, મેધા, દીપ્તિ, આરોગ્ય વગેરે ઉપર જરૂર વિચાર કરી શકીએ અને લાભ ઉઠાવી શકીએ.

હવે આવા સશક્ત સ્ત્રીપુરુષથી બનેલા ફલિત સ્ત્રીબીજને જો યોગ્ય મિશ્રણમા પિચ્ચુન્ટગી અથિનો અંતઃસ્રાવ નાખીએ તો પ્રજા જરૂર સશક્ત થાય જ; કારણકે પિચ્ચુન્ટગી અથિનો અંતઃસ્રાવ અસ્થિવૃદ્ધિ સાધનાર છે અને યોગ્ય માત્રામા જો આપણે તેને યોગ્ય શકીએ તો જરૂર, જો પ્રજા એમાંથી થાય તો, તે ખાસી ૧૫૫ ફીટ જિંવી નમૂનેદાર પ્રજા જ હોય !

પ્રજાનું નિયમન લાવિષ્યમા કયા જાતનો ખોરાક પ્રજાને ખાવા મળશે તે ઉપરથી નક્કી થશે જૂતકાળમાં આમ જ બનતું. પરંતુ અત્યારે આપણને જે જ્ઞાન આહારનું મળ્યું છે તેજ્ઞેતા આ વિષયમાં ઘણું કહી શકશે. લગભગ તમામ યુદ્ધોનું કારણ આહારનો પ્રશ્ન જ હતો અને છે.

મનુષ્યજાતિ ખેતી કરતાં શીખી, પશુ પાળતા શીખી તે પહેલાં શિકાર કરીને કે કદમૂળ ખાઈને રહેતી હતી. શિકાર માટે તેમ જ

કંદમૂળ તથા જંગલી અનાજ માટે મોટી જમીન તેની પાસે જોઈએ. આથી જ અમેરિકાના રેડ ઈન્ડિયનો શિકાર કરવાની જગ્યા માટે અંદર અંદર હમેશાં લડતા. અરે સ્કોટલેન્ડ જેવા દેશમાં આજદિન સુધી ન્યાં ખેડાઈ જમીન નહિ જેવી છે ત્યાં ટોળાઓ બાંધીને ઢોર અને અનાજ માટે અરસપરસ લડતા હતા !

આદિમનુષ્ય-primitive man-ને ભટકતી સ્થિતિમાંથી ઘર બાંધીને તેમાં રહેતાં કાષ્ટએ શીખવ્યું હોય તો તે ખેતીએ જ. હવે તો ખેતીએ પણ વિજ્ઞાનની સહાયથી પહેલાં કરતાં બમણું અન્ન ઉત્પન્ન કરવા માંડ્યું છે. જગતને જોઈએ તેટલું, તેથીયે વધુ અન્ન હવે ઉત્પન્ન થઈ રહ્યું છે. આથી જ છેલ્લી બે સદીઓમાં મનુષ્ય પ્રજાની સંખ્યા અતિશય વધવા પામી છે. પરંતુ અન્નઉત્પાદનને પણ અમુક મર્યાદા હોય છે જ અને એક વખત મર્યાદા સુધી પહોંચી ગયા તો પછી પ્રજાને વધુ અટકારવી જ જોઈએ.

પરંતુ હવે વિજ્ઞાનવીરો કહેવા લાગ્યા છે કે એવો વખત ભવિષ્યમાં આવશે જ્યારે કૃત્રિમ રીતે અન્ન બનાવી શકાશે! ગયા યુદ્ધમાં અને આ યુદ્ધમાં પણ જર્મનોએ આવો કૃત્રિમ ખોરાક બનાવ્યો હતો-એમ આપણે સાંભળીએ છીએ. બજાર ખોરાકનાં તમામ તરવો થોડીક મોટી ટીકડીઓમાં આવી જશે એમ ધણા માને છે.

મને લાગે છે કે આ એક જનરુ 'નોનસેન્સ' છે. મનુષ્યશરીર અમુક કદમાં bulk-ખોરાક લેવા ટેવાયેલું છે, યોગ્યેલું છે અને ન્યાં સુધી અમુક કદમાં ખોરાક આમાશયમાં નથી જતો ત્યાં સુધી તે બરાબર પચાવી શકતો જ નથી.

— એક બીજી વિચિત્ર વાત એ પ્રચલિત છે કે રોગમાત્રનું કારણ જંતુઓ છે અને આ જંતુઓનો સંહાર થઈ જતાં રોગો થવાનો સંભવ જ નહિ રહે. પરંતુ પ્રયત્નનેનો એ ખતર નથી કે જીવાણુઓ મનુષ્યસમાજને ઉપયોગી પણ છે અને નુકસાનકારક પણ છે. જીવાણુઓ

ન હોત તો દૂધનું દહીં કેાણુ કરત ? જલેખીને આથો કેાણુ લાવત ? દહીંવડાં કેમ બનત ? પાવ કેમ બનત ? પનીર જેવું દૂધનું ઉત્તમ ખાદ્ય કેમ બનાવી શકાત ? એક જાતનું પનીર ખીજી જાતના પનીરથી જુદું પડે છે એનું કારણ વિવિધ જાતનાં જીવાણુઓ છે. પનીરમાં જે સુવાસ-દલેવર હોય છે તે આ જીવાણુને પ્રતાપેજ.

ખેતીમાં પણ જીવાણુઓ જે અગત્યનો ભાગ ભજવે છે તે હેરત પમાડનાર છે. જમીનનો કસ ઊતરી ગયો હોય ત્યારે આપણા ખેડૂનો તે ખેતરમાં પહેલા જ વરસાદે અંદર શણુ વાવી દે છે. કમર નેટલા ઊંચા શણુના છોડ થયા પછી તેને પાડી દેવામાં આવે છે. તે પછી કહોવાય છે અને એ ખેતરમાં પછી જે પાક લેવાય છે તે બીજા ખેતરે કરતાં ઘણો વધારે ઊતરે છે. આનું કારણ જાણો છો ? શણુનો એક છોડ ધીમેથી મૂળ ન તૂટે એ રીતે ઉખેડીને જોશો તો નાનાંનાનાં મૂળ સાથે માટીની અસંખ્ય ગાંગડીઓ વળજેલી જણાશે. આ માટી જેવી જણાતી ગાંગડીઓમાં એક જાતના જીવાણુઓ વસેનાં હોય છે જે જમીનમાં નાઈટ્રોજન-હવામાંથી ખેંચીને ફિક્સ કરે છે. આ 'Nitrifying Bacteria—નિટ્રિલોપાદક જીવાણુઓની આપણા ખેડૂનોને ખબર નથી હોતી પરંતુ આ શણુના ખાતરની કિંમત આ જીવાણુઓને જ આભારી છે એમ હવે પુરવાર થયું છે.

પ્રાણીશરીરમાં પણ જીવાણુઓ ન હોય તો જીવનનિભાવ ન થઈ શકે. વનસ્પતિ-ખાદ્ય-પદાર્થોમાં કાષ્ટક-cellulose-મોટા પ્રમાણમાં હોય છે. મનુષ્યશરીરમાં આ કાષ્ટકના જથ્થાને હજમ કરનાર જીવાણુઓ જો ન હોય તો તે હજમ કરી જ ન શકે અને 'પ્રોટીન' નાઈટ્રોજન વિશિષ્ટ પદાર્થો-જનાવી પણ ન શકે. વનસ્પતિઓમાં જે ખાદ્ય સામગ્રી ભરેલી છે તે આ કાષ્ટકોમાં જ હોય છે. બકરાં ઘેટાં આદિ પશુઓ આવી વનસ્પતિઓને ખાય છે; તેમનાં આંતરડાંમાં આ વનસ્પતિને હજમ કરનાર જીવાણુઓ હોય છે જે કાષ્ટકમાંથી તમામ

ઉપયોગી તરવા જેવી શકે છે અને જીવનોપયોગી 'પ્રોટીન' બનાવે છે. આમ ન હોત તો પશુઓમાં માંસ જ ન થાત. બીફ-ગાયનું માંસ અને મટન-ગરૂનીનું માંસ આ ભારતીય મનુષ્યોને જે ઉત્તમ પ્રોટીન પ્રાપ્ત થાય છે તે આ જીવાણુઓને જ આભારી છે. અર્થાત્ સકલ પ્રાણિજન્ય આહાર માટે જીવાણુઓ ઉપર જ આધાર રાખવો પડે છે.

હા, રોગોત્પાદક જીવાણુઓનો સરસ અભ્યાસ થઈ રહ્યો છે એટલે ધણા જનુ-ઉત્પાદક રોગો લવિધ્યમાં કદાચ જૂતકાળના અવશેષ માત્ર જ બની રહેશે એમ કહેવામાં અતિશયોક્તિ નથી. વખતે જનુઓને મારવાની કુઝડમાથી જ નવાં જનુઓ વેર લેતાં શીખે તો નવાઈ નહિ એમ એક વિદ્વાને કહ્યું છે !

ઔષધો હાલમાં મોટે ભાગે રોગો મટાડવા પૂરતાં જ વપરાય છે પણ લવિધ્યમાં રોગો થાય જ નહિ એ માટે ઔષધોનો ઉપયોગ થશે. માદગી એ ગુનો ગણાશે અને માંદો માણસ એ રાજ્યાધીન રહેશે. દરદીની સ્વતંત્રતા ઉપર કાપ મુકાશે. દરદી પોતાના કુટુંબનાં માણસોને પોતાનો રોગ ન આપે એટલા ખાતર તેને ઘરમાંથી, તેની ઇચ્છા ન હોય છતાંય, લઈ જવામાં આવશે. ઘરમાં માંદગી ભોગવનારને ગુનેગાર લેખવામાં આવશે. દરદીની ઇચ્છા તરફ ધ્યાન દેવામાં નહિ આવે અને જો તે રાજ્યના આવા કાર્યોને વશવતી બની નહિ રહે તો તે સહાનુભૂતિને બદલે શિક્ષા પામશે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર મોટે ભાગે રટ્ટનો વિષય બની રહેશે અને ચિકિત્સકો ધણા 'રટ્ટના આદિસરો' જ ગણાશે. હાલ જેમ લોકો માટે વિમાની યોજનાઓ ચાલે છે તેમ ડોક્ટરો માટે થશે. તેમના યોગક્ષેમ માટે રટ્ટ તરફથી આવી કંઈ યોજના વિચારાશે, ગણિયામાં ખાનગી ચિકિત્સકો જ નથી, રટ્ટ જ બધાની સેવા લે છે અને તેના બદલામાં તેમના યોગક્ષેમનો ભાર વહન કરે છે. ઇંગ્લંડ, અમેરિકા જેવા શાહીવાદી દેશો

ગણિયાના આ વિજ્ઞાન પાયા ઉપરના અદ્ભુત પ્રયોગો તરફ ધ્યાન દઇ રહ્યા છે અને સભવ છે કે ભવિષ્યમાં પ્રત્યેક રાજ્યમાં ખાનગી ચિકિત્સકો ખાનગી ચિકિત્સા નહિ જ કરી શકે એ વખતે દરદીઓ પાસે પૈસા નહિ હોય તો પણ તેને ચિકિત્સા સિવાય નહિ જ રહેવું પડે. ગરીબમાં ગરીબ કે શ્રીમતમાં શ્રીમત (જે ભવિષ્યના રોટમાં ગરીબ—તવ ગરના બેદો રહેશે તો)ને એક જ સરખી ચિકિત્સા રાજ્ય આપશે. દવાખાના માત્ર રોટના જ હશે.

ભવિષ્યની શસ્ત્રક્રિયા સદારકે નહિ પણ રક્ષણાત્મક જ હશે. હાલ ઉપરની શસ્ત્રક્રિયાની જે વિગતો વૈદ્યકીય માસિકોમાં વાચવામાં આવી છે તે જોતા ભવિષ્યની શસ્ત્રક્રિયા રક્ષણાત્મક બની રહેશે જ.

આ બધું તો બરાબર પ્રશ્ન મનુષ્યશરીર અને મનુષ્યમગજનું શું? એ પ્રશ્નનો ઉત્તર ૩૦૦૦ વર્ષો થયા હતા તેવા ને તેવા જોએ છે એનો ઉત્તર વિજ્ઞાન નથી આપી શક્યું. વ્યાસ અને વાલ્મીકિના મગજને હાનના માણસો જેવા જ હતા. ઇ.સ. પૂર્વે ૩૫૦ વર્ષ પહેલાં થનાર એરિસ્ટોટલ રોયન સોસાયટીના કાષ્ઠ પણ ફેલો કરતા વધુ શક્તિશાળી હતા. તો પછી સુધારાના અને પ્રગતિના બજાર શા કામના છે? વ્યાસ, વાલ્મીકિ કાવિદાસ કે શકર તરફ જોતા આજની પ્રજાના શા હાન છે? વિજ્ઞાને આટલાટનું ક્યું છે છતાં મનુષ્ય જાત માટે તે પણ મટીને ફેવ બને એવું શું ક્યું છે? ખોરાકનો અભ્યાસ વધ્યો, સ્વચ્છતા વધી, આનંદ વધી, આરામ વધ્યો—તેથી શું સધાયું? વિલાસ કે બીજું કંઈ? મનુષ્યમગજ હતા તેવા ને તેવા જ રહ્યો છે કે વધુ બગડ્યો છે?

એટલે, પાછાં આપણે પ્રો. હેલ્ડનના કૃત્રિમ ગર્ભાધાન તરફ વળીશું. એ ક્ષતિબળીજને પ્રયોગશાળામાં માતાના લોહી જેવા જ પ્રનાહીમાં રાખવામાં આવે, મધમાખી માદક અમુક જાતનો ખાસ ખોરાક તે ગર્ભને આપવામાં આવે, અતઃસાવી ગ્રથિઓનું સત્ત



યોગ્ય પ્રણાલ્યમાં આપવામાં આવે, તો સ્વલ્પ છે કે ભાવિ બાળક-હાલના મનુષ્યો કરતાં ઘણા મોટા કદનું થાય તો આશ્ચર્ય નહિ. જો આવું થઈ શકશે તો આજનો મનુષ્ય ભવિષ્યના વિજ્ઞાનીને મન ટેડપોલ જેવો જ જણાશે.

ભવિષ્યના ગર્ભમાં જોવાની દિવ્ય દષ્ટિ આપણને નથી એટલે 'વિરમીશ્વ'. 'નૂતન શાસ્ત્રોત્ત' મૂલ્યાંકન ભારતીય દષ્ટિએ કરતાં આજો પ્રકાશ લાધતો નથી એટલું તો ચોક્કસ જ. વીલ ડુરાન્ટ (Will Durant) ના શબ્દો વાંચીને અવસાદ થયા સિવાય નથી રહેતો :

"Our culture is superfluous today, and our knowledge dangerous, because we are rich in mechanisms and poor in purposes. The balance of mind which once came of a warm religious faith is gone, science has taken from us the supernatural basis of our morality, and all the world seems consumed in a disorderly individualism—that reflects the chaotic fragmentation of our character."

1. The Mansions of Philosophy by Will Durant.



## ૨૬ : સપ્તસીડાઈઝ વૈદ્યો

કેંગ્રેસ અથવા કેંગ્રેસના પ્રધાનમંડળે જ્યારથી મુંબઈ ઇલાકાની લગભગ હાથમાં લીધી છે ત્યારથી આયુર્વેદને અને વૈદ્યોને ખૂબ જ વેગ મળ્યો છે. આત્માર મુખી આયુર્વેદ અને વૈદ્યનો કોઈ ભાવ પૂછતું ન હતું તે હવે રાજમાન્ય બન્યાં છે અને સ્થિતિએ ઘણા સારો મંદરો ખાધો છે.

વૈદ્યક ખીલ જામે તેટલા સાગરસા વિરોધો છતાંય પસાર થઈ ગયું છે. વૈદ્યોએ આ ખીલને વગોવવામાં પોતાની કીમતી શક્તિ

ઓનો દૃવ્ય કયો છે. ઠેટલાક વૈદ્યોને મન તો આ બીજીથી “વૈદ્યોને પારાવાર નુકસાન થયું છે.” “મઘીસખાને હિંદુ સંસ્કૃતિનું જોટલું નુકસાન નથી ક્યું તેથી અનેક ગણું નુકસાન આ બીજે આયુર્વેદીય સંસ્કૃતિનું ક્યું છે.” ઇત્યાદિ વાગ્વિલાસો દ્વારા મૂર્ખતાનું પ્રદર્શન પણ ક્યું છે. ખેર, જે થવાનું હતું તે હવે થઈ ગયું છે. વિવેક વગરનો ઉઠાપોઠ ધ્યાનાહી નથી હોતો એ આપણને સમજાય તોય બસ છે.

આ બીજને હવે ગવર્નરની સમિતિ મળી ગઈ છે અને આ લેખ પ્રસિદ્ધ થતા પહેલા “ઇન્ડિયન ખોડ્ ઓફ મેડિસિન” પણ નિર્માઈ ગયું હશે. આ બીજથી વૈદ્યોનો દરજ્જો વધશે અને સમાજમાં તેમને પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત થશે એ સૌથી મોટો લાભ છે.

બીજ પાસ થતાં પહેલાં ડોઝિસ પ્રધાનમંડળે ગામડાંને વૈદ્યકીય રાહત આપવા માટે ડોક્ટરો, વૈદ્યો અને હકીમની નવી નિમણૂકો પણ કરી નાખી છે. ઘણાં ડિરેક્ટ કોલેજ બોર્ડોએ આયુર્વેદિક દવાખાનાં ખોલ્યાં છે અને ત્યાં વૈદ્યોને રોક્યા છે. લોકલ બોર્ડનાં દવાખાનાં ઉપરાંત મુંબઈ સરકારે જિલ્લે જિલ્લે સબ્સીડાઇઝ દવાખાનાં પણ ખોલ્યાં છે. ડોક્ટરોને માસિક રૂ. ૫૦ પગાર તથા રૂ. ૨૫ લઘ્યાનાં અને વાર્ષિક રૂ. ૩૦૦ દવાના-આટલું કાયદા પ્રમાણે મળશે. વૈદ્યો અને હકીમોને રૂ. ૩૦ પગાર, ૧૫ લઘ્યુ, ૧૫૦ રૂ. ની દવાઓ આટલું મળશે. ડોક્ટરો અને વૈદ્યો વચ્ચે પગારનો ભેદ તો સમજી શકાય, પરંતુ લઘ્યાનો ભેદ સમજી શકાય એવો નથી. આ અન્યાય બદલ વૈદ્યોએ સંગઠિત વિરોધ ઉઠાવવો જોઈએ.

પરંતુ આ લેખ લખવાનો હેતુ જુદો છે. આ સબ્સીડાઇઝ વૈદ્યો દરેક જિલ્લામાં નીમવામાં આવ્યા છે અને દૂર દૂરનાં ગામડાંમાં તેમને મુકવામાં આવ્યા છે. અત્યાર સુધી ગામડાં સાચુ ઠાંઈ જોતું ન હતું તેની જગાએ હવે ગામડાં સરકારનું, ખૂબ લક્ષ્ય ખેતી રક્ષા

છે એ હપ્તની વાત છે. ગામના લોકો વૈદ્યને રહેવાનું મકાન તથા દવાખાનાનું મકાન મફત આપે છે. વૈદ્ય જે ગામમાં રહે છે તે કેન્દ્રની આબુખાબુનાં ચારેક ગામો તેમને સોંપવામાં આવે છે. ભથ્થાના ઉપિયા પદર આજ કારણથી આપવામાં આવે છે. દર ૮ કે ૧૫ દિવસે તે ગામડાંમાં તેમને વિજિટ મારી આવવાની હોય છે. ગરીબ દરદીને મફત દવા આપવાની હોય છે ન્યારે જેની માસિક રૂ. ૩૦ છેટલી આવક હોય તેના માણસો પાસેથી દવાનો એક આનો લેવાને વૈદ્યને હક આપવામાં આવ્યો છે. ( કાયદામાં જે આના લખેલા છે. પરંતુ ગામડાંની ગરીબી નેતાં ૨ આના ખૂબ જ ઠહેવાય. ) ભરૂચ જિલ્લામાં ૧ આનો લો. બોડે વૈદ્યને સૂચના અથવા ભલામણ કરી છે તે યોગ્ય છે. આ પૈસાની વૈદ્યની માલિકી જ ગણાશે. વિજિટ ઉપર ગામમાં કે પરગામમાં વૈદ્યને દરદી બોલાવી જશે તો વિજિટના દર પશુ સરકારે નહીં કરી આપ્યા છે. દિવસે ગામમાં રૂ. ૧ અને રાત્રે રૂ. ૨. બહારગામ આથી ઉચ્ચ. વાર્ષિક રૂ. ૧૬૦ દવા માટે ભિયક સરકાર આપશે અને દવાઓ વૈદ્યે ક્યાં તો બજારમાંથી ખરીદે કે પોતે હાથે બનાવે આવી છૂટ મૂકવામાં આવી છે. સિવિલ સરજનની પરવાનગી લેવાની જરૂર છે. આમ એકંદરે નેતાં વૈદ્યને આર્થિક દૃષ્ટિએ ગામડામાં રહેવું પાલવે એમ છે. વૈદ્ય પોતાની કાર્યકુશળતા સિદ્ધ કરશે એટલે તેની પ્રતિષ્ઠા વધશે. પ્રતિષ્ઠા સાથે ધનપ્રાપ્તિ પશુ સંબંધ તો છે જ. એટલે મને લાગે છે કે વૈદ્યને પોતાની આજીવિકાની નિશ્ચિંતતા સરકારે કરી આપી છે.

સરકારનો સ્તુત્ય ઉદ્દેશ આ યોજના પાછળ ગામડાંના લોકોને સસ્તી કિંમતે સારી વૈદ્યકીય મદદ મળી શકે, તેમ જ આરોગ્ય સુધરે, જ્ઞાનનો ફેલાવો થાય, રોગો થયા પછી દવાઓ કરાવવા કરતાં જે દારણથી રોગો થાય છે તે કારણોનો જ ઉચ્છેદ થાય આ બધું સાધના વૈદ્યોએ ચત્નશીલ રહેવું નોંધજે. રોગનિવારણ કરતાં સ્વાસ્થ્યાનુવૃત્તિ તરફ જ વિશેષ લક્ષ્ય વૈદ્યે રાખવું નોંધજે એવો આ ઉદ્દેશ છે.

સ્વસ્થવૃત્ત એ આયુર્વેદ-સાહિત્યનું એક ઉત્તમ અંગ છે એનો પ્રચાર કરવા માટે વૈદ્યોએ હજી સુધી વિશાળ પાયા ઉપર કંઈ જ પ્રયત્ન આદર્યા નથી. સરકારે નીમેલા આવા વૈદ્યો ને ધારે તો સ્વાસ્થ્ય-સંરક્ષણ વિષયમાં ઘણું કામ કરી શકે. એમના એ કાર્યથી એઓ પોતાને તેમ જ આયુર્વેદને દીવાવશે.

આજ સુધી તો સ્વાસ્થ્યસંરક્ષણનું કામ પાશ્ચાત્ય વૈદ્યકે જ કર્યું છે. હવે વૈદ્યોની નિમલુક ગામડામાં કરવામાં આવી છે. સરકારની યોજનાને સફળ બનાવવા ડોક્ટરો અને વૈદ્યકામોએ ખૂબ જ ઉત્સાહથી કામ કરવું પડશે. વૈદ્યોમાં ને વીર્ધ (ઉત્સાહ) હશે તો જ તે આ કામ કરી શકશે. પેટભરા વૈદ્યો આ યોજનામાં નં નોડાય એજ છુટ છે. ડોક્ટરવૈદ્યોના કાર્યને થોડા વર્ષોમાં સરવાળો થશે અને ને વૈદ્યોની ઉણપ જણાશે તો આયુર્વેદને એટલી હાનિ પહોંચશે.

આપણાં ગામડાં એટલે જડતાનાં ઘર. જ્યાં કશી સુખસગવડ નથી એવાં સ્થાનો. રાત્રિ-ડ ટેમણવાળા કઠીંસે યોગ્ય જ કહ્યું છે કે હિંદનાં ગામડાં ઉકરડા ઉપર બંધાયેલાં છે. ગામડામાં ગંદકી છે, રોગો છે, અજ્ઞાન છે, ગરીબી છે, પરસ્પરનાં જીવલેણ કુસંપ છે પાર્ટીઓ છે. ટૂંકમાં પૂરેપૂરું તમસ છે. આવા જડ વાતાવરણમાં ને વૈદ્ય ખૂબ રજોગુણ સંપન્ન નહિ હોય તો પોતે જ જડ થઈ જવાનો. ચેતનામાં કાર્ય કરવાની અધાગ તાકાત હોય, પોતાનો ચેપ ખીજને લગાડી શકે એવી Dynamic Personality હોય, ઓજસ કે પ્રતિભા હોય તો જ એ જડ વાતાવરણમાં ચેતન્ય પ્રગટાવી શકશે. અને તો ભય રહે છે કે ગામડાંના આજના જીવનમાં કોઈ જાતનો રસકસ રહ્યો નથી અને પ્રપંચ, કાવાદાવા, નીચતા એટલાં બધાં વધેલાં છે કે જાગૃતને સાવધાન ન રહેનાર વૈદ્ય પોતે કદાચ એ વાતાવરણમાં બંધ થશે.

ગામડામાં રોગો ઓછા નથી. ગામડાંની સ્ત્રીઓ અનહદ કામથી અને અયોગ્ય પોષણથી કંતાઈ ગયેલી છે. ગામડાંમાં જાગૃતને અભાવે

વેગવિધારણુ, સ્ત્રીઓમાં સામાન્ય થઈ પડ્યું છે. પરિણામે સ્ત્રીઓમાં ઘણા રોગો છે. એપી રોગોનાં ફેલાવો પણ હીકડીક છે. આ સ્થિતિ સુધારવા વૈદ્યોની નિમણૂકો થઈ છે. વૈદ્યો પાસે કામના દગલા છે, જોવાનજીવાની દષ્ટિ જોઈશે.

દરેક વૈદ્યને તે જ્યાં રહેતો હોય ત્યાંની શાળાના વિદ્યાર્થીઓની ધારીરિક તપાસ વર્ષમાં બે વખત કરવી પડશે. વિદ્યાર્થીઓને બરાબર તપાસી તેમના વાલીઓને યોગ્ય માહિતી આપવામાં આવે તો નજીવા રોગોમાંથી જે સંબંધર પરિણામો (આંખના ખીલમાંથી ઊંચી, કૂલ, અંધાપો ઇત્યાદિ, એડનોઈડાઈઝમાંથી કાન પાકવા, આંખો આવવી, મોંનો આકાર બદલાવો, બુદ્ધિમંદતા ઇત્યાદિ) જન્મે છે તે અટકાવી શકાય. વૈદ્ય માટે આ ઉત્તમ પ્રકારની સેવા છે. જીગતી પ્રગતે કેમ બેસવું, કેમ ચાલવું, કેમ વાંચવું, આરોગ્ય સાચવવા શું કરવું તો શીખવવાનો વૈદ્યને પ્રસંગ સાંપડે છે. સ્વાસ્થ્યવૃત્તને ઉપદેશ કરવાના આવા અવસરો હવે વૈદ્યોને સાંપડ્યા છે.

કોઈ પણ દેશનું ખરું ધન તે દેશે વેપારમાં રોકેલી મૂડી નથી પણ વસ્તીની ઉત્પાદક શક્તિ (Productive Capacity of the Population) છે. પ્રગતી ઉત્પાદક શક્તિ ખીમારીથી ક્ષીણ થાય કે એટલે દરેક રાજ્ય ધ્યાનથી નિહાળે છે કે ઇશ્વરે જે અદ્ભુત યંત્ર મનુષ્યમાત્રને સોંપ્યું છે તે એન્જીન એ સારી રીતે વાપરે છે કે નહિ? શરીરરૂપી એન્જીનનો વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ કરવાથી તે કદી મગડતું નથી. વિવેકહીન લોકો જ અદ્ભુત યંત્રને બગાડી નાખે છે. તો આ યંત્રને જે બેદરકારીથી બગાડે છે તે રાષ્ટ્રસંપત્તિને ઓછી કરે છે. આથી રાજ્ય આવા બેદરકારો માટે સ્વાસ્થ્ય નિરીક્ષકો રાખે છે જે શરીરરૂપી મશિનરીને રિપેર કરવાનું શીખવે છે.

વૈદ્યોને શિર આ જોખમદારી આવી છે. વ્યક્તિગત અને સામુદાયિક આરોગ્ય-જન્ને વિષે વૈદ્યોને હવે જાણવું પડશે. વૈદ્યક

બિલથી વૈદ્યો પાસેથી ઘણા જ્ઞાનની આશા રાખે અને પ્રજા રાખશે એમા ને વૈદ્યો પાછા પડશે તો વૈદ્ય વગોવાશે યુવાન વૈદ્યોએ શસ્ત્ર અને શાસ્ત્ર બન્નેમા કૌશલ્ય દાખવવું પડશે. વ્યવહાર આયુર્વેદ (medical jurisprudence) નો ચોક્કસાર્ધવી અભ્યાસ કરવો પડશે.

સમસીડાઈઝ વૈદ્યો કામ કરતા ચર્ધ ગયા છે તેમના માર્ગમા ડગલે ને પગલે વિદ્વતા આપશે કુ જાણુ છું કે તેમને ગામડામા રહેવું ગમતું નથી પરંતુ રાષ્ટ્રમથન કાળ વખતે વૈદ્યો ને પોતાની ફરજમાથી ચૂકશે તો વૈદ્ય વગોનાશે રાજ્ય અને પ્રજા બન્ને વૈદ્યો પાસેથી મોટી આશાઓ રાખી રહ્યા છે એમ કુ તો માનું છું. વૈદ્યને આજીવિકાની ચિંતા નથી, કાર્યક્ષેત્ર શોધવા જવાનું નથી, તેને ફાર્મની ઝાઝી ડખન પણ નથી જ્ઞાન નિર્વિકાર ચિત્તે તેને કાર્યરત રહેશે તો તે કાર્યની કદર પણ થશે જ સામાજિક આર્થિક અને રાજકીય-મધ્ય કામો, સન્નેગાનુસાર તે કરે, પ્રજાને દોરે તો વૈદ્યો ને 'પ્રાણ્વાલિસર' ગણાય છે તે ખરેખર 'પ્રાણ્વાલિસર' અને 'અગ્રેસર' બનશે.

વૈદ્યે પોતાનું દવાખાનું સુદર અને આકર્ષક રાખવું જોઈએ. આપણા દવાખાના તદ્દન અનાકર્ષક હોય છે ગામડામા રહેનાર વૈદ્ય પોતાના દવાખાનાને અતિ સ્વચ્છ અને આકર્ષક રચાવે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર અને કના બન્ને અવિભાજ્ય અંગો છે કલાનેા અવિભાવ જીવનમાથી થાય છે વૈદ્યના જીવનમાથી તે પ્રગટ થાય અને ત્યાં સર્વત્ર પ્રકાશિત (Radiate) થાય દુકમા ગામડામા રહેનાર સમસીડાઈઝ વૈદ્યનું દવાખાનું Cultural Centre

૧ કારણ જાહિતામા આ રોગને “અધિજિહ્વિકા” નામ આપવામા આન્ય છે

लालालवोऽरुचिर्ग्लानि कपोले श्वयथुर्व्यथा ।

मुखस्य विवृतत्वं च जानीयादधिजिह्वकम् ॥

સારકૃતિક કેન્દ્ર બનો પોતાના જીવનથી જે બોધપાઠ આપી શકશે તે વ્યાખ્યાનથી નથી અપાવાના ગામડાના સસર્ગમાં તે આવશે તેમથી ઘણું શીખી શકશે

અતમા લોકન બોડના વૈદ્યો અને સબસીડાઈઝ વૈદ્યોને મારી નાંખી વિનંતી છે કે રાષ્ટ્રના આ કટોકટીના સમયે, પોતાની સ્ત્રી દરજે છે, રાજ્ય એની પાસેથી શી આશા રાખે છે એ બરાબર સમજી લઈ તેને અનુરૂપ તે બની જાય



## ૩૦ : ઝીપટો

ઝીપટો એ ગામડાઓની અતિશય સામાન્ય વનસ્પતિ છે અને તે ચોમાસાની ઋતુમાં પુષ્કળ જીમી નીકળે છે પરમાત્માએ પોતાની અનંત કૃપાથી જેમ પ્રાણુવાયુ (ઓકિસજન) કુદરતમાં જથ્થાબધ રાખેલો છે તેમ ઝીપટો જેવી ચમત્કારિક ઔષધિઓ વિશે પણ છે મનુષ્યજાતિમાં નાણું એકત્ર કરવાનો મોહ ઉત્પન્ન થતા આવી ઔષધિઓ પ્રત્યે દુર્નિદ્રા વધના માડયુ અને છેવટે પરિમહના પાપના બદના તરીકે જોખમી ઈન્જેક્શનોના મોહમાં મપડાઈ રિખાઈ મરવો તથા મરણાધીન થવાના યુગ સુધી આવી પહોંચાયું છે

એક ખેડૂતને પ્રેમહની બળતરા લાખો વખત થયા મીડયા કરતી હતી અને એ દર્દથી તે કટાગા ગયો હતો એક વખત બળના લાક્ષણ ઉપર ઝીપટોના મૂળની છાંય ચાવીને લગાવતા તેનો થોડો રસ ડોઝરીમાં અનિચ્છાએ ગયો થોડા કનાક પડી પેશાનની હાજત થતા પેશામે ગયો ત્યારે બળતરા ન થઈ ત્યાર પછી તેણે ઝીપટોના મૂળની છાંય ચાવવાના પ્રયત્નો કર્યા અને પરિણામે આ એક જ સાદા ઉપચારથી તેનો પ્રમેહ નિર્મૂળ થયો

### ૩૧ : સ્વ. વૈવરાજ અમૃતલાલ પટ્ટણી

વૈવરાજ અમૃતલાલ પ્રાણશંકર પટ્ટણીના નામથી સંસ્કારી ગુજરાત તો સુપરિચિત છે. પાટણ આયુર્વેદિક કોલેજના માળ્ય પ્રિન્સિપાલ તરીકે જ નહિ, પરંતુ એક સુસ્તુત્યન્ન કુશળ ચિકિત્સક તરીકે પણ તેમનું નામ ગુજરાતભરમાં ધણાના હોડે વસેલું છે. એમના અવસાનથી અનેક વિદ્યાર્થીઓએ શિષ્યવ્રતસહ ગુરુ ગુમાવ્યો છે, ગરીબ દરદીઓએ સદૈય ગુમાવ્યો છે, ગુજરાતી વૈદ્ય સાહિત્યે એક અમૂલ્ય રત્ન ગુમાવ્યું છે, વિદ્યાવ્યાસગંધીન ગુજરાતના ચિકિત્સક જગતે એક વિદ્યોપજીવી વૈદ્ય ગુમાવ્યો છે.

અમૃતલાલભાઈનો જન્મ જામનગરમાં પ્રજોરા નાગર શાંતિમાં વિ. સં. ૧૯૦૬ના શ્રાવણ વદી ૭ને દિવસે થયો હતો. એમના પિતા પ્રાણશંકર પટ્ટણી, મહાત્મા ઝંડુ ભટ્ટની સ્થાપેલી પાઠશાળાના મુખ્ય આચાર્ય હતા. વાગ્બટના 'અષ્ટાંગ હૃદય'નું ગુજરાતી ભાષાતર એમણે 'કરેલું' છે. એ પોતે વૈદ્ય કરતા નહિ, પણ વૈદ્ય સાહિત્યને પરિચય એમને સારો હતો.

અમૃતલાલભાઈના પિતામહ પ્રેમશંકર પટ્ટણી ગંગાભટ્ટના નામથી સુવિખ્યાત હતા. તે ઈશ્વરભક્ત હતા, સારા કવિ હતા અને ભાગવત, રામાયણ, મહાભારતની કથા-મંત્રાહો ધણી જ સરસ રીતે કરતા. જ્ઞાન વિજ્ઞાન અને મહંત શ્રી રામપ્રસાદભાઈના ગુરુ વજેરે એમની પાસે નિયમિત કથા સાંભળતા. કથાકાર, ઈશ્વરભક્ત અને સુકવિ તરીકે હજી ધણા એમને યાદ કરે છે.

આવા ઈશ્વરપરાયણ કુટુંબમાં અમૃતલાલભાઈ ઉછરેલા. સંસ્કારી પિતા અને અનેક સદ્ગુણભર્યા માતાના સંસ્કારી વાતાવરણ વચ્ચે તેઓનું બાલપણ વીત્યું હતું. જામનગરમાં સાત વર્ષ સુધી મહામ હોપાધ્યાય હાથીભાઈ શાસ્ત્રી અને નારાયણજી શાસ્ત્રીના હાથ નીચે વ્યાકરણ, કાવ્ય, સાહિત્ય, ન્યાય, દર્શનના વજેરેના અભ્યાસ કરેલા.



સમય પાસે આવેલ ઝાડેશ્વર ગામમાં જ્યારે એક દેશી ઔષધાલય ખોલવામાં આન્યુ ત્યારે અમૃતલાલભાઈની નિમણુક ત્યાં થઈ. મહાત્મા ઝંડુ લઈ જી અને તેમના પુત્ર શ્રી શંકરપ્રસાદભાઈ પાસેથી તેમણે પ્રત્યક્ષ તેમ જ શાસ્ત્રીય જન્મે જાતનું વૈદ્યકજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું.

ઝાડેશ્વર ગામમાં તેઓ ૧૨ વર્ષ રહ્યા. આયુર્વેદ તરફના અગાધ પ્રેમને લીધે જે અનન્ય નિષ્ઠાથી એની નિઃસ્વાર્થ સેવા તેમણે કરી તે વર્ણવવાનું આ સ્થળ નથી. ગરીબ દરદીઓને દૂધ પીવા માટે તે ગજવામાંથી પૈસા આપતા. સ્ત્રીઓનાં શુભ દરદો દેખી તે ગળગળા ધઈ જતા તે અપાર કરુણાથી સ્ત્રીઓનાં દરદોના ઉપાયો યોજતા. આમાંથી જ 'સ્ત્રીઓનો વૈદ' ના બે ભાગો અને 'સ્ત્રી રોગ-ચિકિત્સા' નામનાં અમૂલ્ય પુસ્તકો ગુજરાતને મળ્યાં છે.

ઝાડેશ્વર બાર વર્ષ રહ્યા પછી તેઓ લીમડીના રાજવૈદ્ય તરીકે એક વર્ષ રહ્યા. ત્યાંથી મુંબઈ, શ્રી જીગતરામભાઈ વિભાવત ગયેલા તેમનું દવાખાનું સંભાળવા એક વર્ષ રહ્યા. આ અરસામાં પાટણમાં બી. પી. આયુર્વેદ મહાવિદ્યાલય ખૂલ્યું અને ડૉ. સુમંત મહેતાની નજર આ વિદ્યાન ઉપર દરી. એ કોલેજનાં શરૂઆતનાં વર્ષોમાં અમૃતલાલભાઈએ પાઠ્યક્રમ નક્કી કરવામાં ઘણી જહેમત ઉઠાવેલી. પાટણની એ સંસ્થાને આ મહાભાગની તપશ્ચર્યાએ જ આટલી પ્રતિષ્ઠા અર્પી છે.

પાટણમાં અતિ માનસિક શ્રમને લીધે તેમને મધુમેહ લાગુ પડ્યો, એટલે લીમડી હાકાર સાહેબના આગ્રહથી તેઓ લીમડી ગયા અને આખર લગી ત્યાં જ રહેતા હતા. એમના એકના એક પુત્ર ગુણાદયભાઈના સ્વર્ગવાસથી એમને સખત આઘાત થયો અને તેને જ પરિણામે ૫૮ વર્ષની ઉંમરે તેઓ સંવત ૧૯૯૪ના કાર્તિક વદ અગિયારશને રોજ દેવલોક પામ્યા.

એમની આકૃતિ ગુણોનું કથન કરે એવી હતી. વિશાળ ભાલ-શ્વેત ઉંચરવડી મૂઠરપાતળી કુદિ એમની, નાકનો મસોડ અને સમસ્ત

ગાલ ઉપરથી તેમના દૃઢ નિશ્ચયનો ખ્યાલ આવતો. એમનામાં અભિજાત સંસ્કારિતા હતી, છતાં અતડાપણું ન હતું; વિદ્યા હતી, પરંતુ ગર્વ ન હતો; લકિત હતી, પરંતુ વેવધાપણું ન હતું; ધનવાન તેઓ ન હતા, છતાં એમનામાં ઔદાર્ય હતું; વૈદ્ય તરીકેની ખ્યાતિ અગ્રણ્ય હતી, છતાં તે કાયમના નિશ્ચિન્ન રહ્યા; આદર્શ ગુરુ હતા, છતાં તે કાયમના વિદ્યાર્થી હતા; પ્રારબ્ધવાદી હતા. છતાં પુરુષાર્થમાં માનતા; તત્ત્વજ્ઞાની હતા, છતાં લકિતશાળી હતા; એમનામાં બુદ્ધિ-વૈભવ હતો, છતાં શ્રદ્ધાની ઊણપ ન હતી; એ વક્તા ન હતા, છતાં એમની વાણી પ્રેરણાથી પ્રકાશતી હતી; પુરાણપ્રિય હતા, છતાં અર્વાચીન જ્ઞાનના જખરા ઉપાસક હતા.

આવા એક સંસ્કારભૂતિ વૈદ્ય અમૃતલાલભાઈના સ્વર્ગવાસથી ગુજરાત રાંક બન્યું છે. શ્રી દુર્ગાશંકર શાસ્ત્રી 'આયુર્વેદ વિજ્ઞાન'માં એમની અવસાનનોંધમાં યોગ્ય જ કહ્યું છે કે 'મુ. અમૃતલાલભાઈના પરલોક-પ્રયાણથી ગુજરાત વૈદ્યજગતે એક વિરલ રત્ન યોગ્ય છે. એમના જેવા, આયુર્વેદની સંહિતાઓના મર્મરૂપ વિદ્વાન ગુજરાતમાં થોડા છે, અને ચરક કહે છે તેમ, રોગીના અંતરાત્મામાં પેસીને રોગ ઓળખવાનો તથા ચિકિત્સા કરવાનો પ્રયત્ન કરનાર વૈદ્યો ગુજરાતમાં તો ઘણા જગતમાં વિરલ છે.'



## ૩૨ : અદ્ભુત ગ્રંથિઓ

આ માણસનું વ્યક્તિત્વ અદ્ભુત છે—'grand personality' એમ ઘણાને બોલતા આપણે સાંભળીએ છીએ. આ અદ્ભુત વ્યક્તિત્વ આપણે તો માનીએ છીએ કે ગત જન્મનાં આપણાં સારાંભાદાં કર્મો અનુસાર આપણને પ્રાપ્ત થયું છે. મરણ વખતે યાનેન્દ્રિયો, મન છતાંદિ લિંગશરીર-કારણશરીર—સાથે જાય છે. આ લિંગશરીર પોતાને યોગ્ય દેહ માટે અન્નમય કોષમાં રહીને રાહ જુએ છે અને યોગ્ય દેહ—અનુરૂપ દેહ—મળતાં તે ગર્ભાશયમાં પેસે છે અને જોને આપણે 'ગર્ભ' કહીએ છીએ તે બંધાય છે. પૂર્વજન્મનાં સારાંભાદાં કર્મો અનુસાર સારાંનરસાં મળ્યાપોને ઘેર અવતરે છે અને જીવન શરૂ કરે છે. "શુચિનાં ધીમતાં જોહે યોગબ્રહ્મોઽભિજાયતે।" એમ ગીતા કહે છે. યોગબ્રહ્મ મનુષ્ય શ્રીમંત અને પવિત્ર એવા કુટુંબમાં જન્મ લે છે. અધૂરે મૂકેલો વિકાસ શરૂ થાય છે. આવા કોષ યોગબ્રહ્મો શુચિ અને શ્રીમાનોને ત્યાં જન્મી સાધારણો-પૃથક્કરના કરતાં વિશેષ ગુણસંપત્તિ દાખવે એ સ્વાભાવિક છે. આવા માણસોનું બોલવું, ચાલવું, દેખાવ, ગતિ, શુદ્ધિ વગેરે પૃથક્કરના કરતાં અલૌકિક જ હોય છે. આને આપણે grand personality-અદ્ભુત વ્યક્તિત્વ—કહીએ તો યાશે.

પરંતુ આધુનિક વિજ્ઞાન લિંગશરીરના સિદ્ધાન્તને સ્વીકારતું નથી. પૂર્વજન્મને તે માનતું નથી. એ તો એ જાતના કોષોને સ્વીકારે છે. એક શારીરિક somatic અને બીજા જર્મ સેલ્સ germ cells. શારીરિક કોષોનો શારીરમાં હમેશાં નાશ થયા જ કરે છે, પરંતુ જર્મ સેલોનો નાશ થતો નથી. સ્ત્રીપુરુષના સંયોગ વખતે જે વીર્ય ગર્ભાશયમાં દૂલવાય છે તે વીર્યમાં આનુવંશિક સંસ્કારોને વહન કરવાની ગુપ્ત શક્તિ રહેલી છે. જર્મ સેલ્સ એ જ આ ગુપ્ત શક્તિ. કહેવાય છે કે "Cells may come and cells may go but germ cells go on for ever." જર્મ સેલ્સ અવિ-

નાશી છે એમ કહીએ તો ચાની શકે પેઢી દર પેઢીના સસ્કારો આ જર્મ સેલ્સ વહન કરે છે આનુવંશિક સસ્કારો આવી રીતે પેઢી દર પેઢી સંક્રાન્ત થાય છે અને બાહ્ય વાતાવરણ—environment—ને સારુ મળી જાય તો એ ગુપ્ત સસ્કારો સુદર વાતાવરણ વચ્ચે પોતાની સ્વરૂપ રેનાવે પ્રમત્ત આનુવંશિક સસ્કારોનાં બહુ મોટા ભાગે સસ્કારો થઈ શકે Personality—વ્યક્તિત્વ વાળો થઈ શકે.

પરંતુ હાલ આપણા શરીરમાં કેટલીક ગ્રંથિઓ—glands—શોધાઈ છે વિદ્વાનો માને છે કે વ્યક્તિત્વ—personality—નું કારણ આ ગ્રંથિઓ છે આ ગ્રંથિઓ પર મોટા પ્રભુ લખાયા છે અને એમાંથી વિવિધ જાતની ‘રામચણ’ દેખાઈ પડે છે બનાવવામાં આવી છે આ ગ્રંથિઓની શોધથી ચિકિત્સક જગતમાં ભારે પરિવર્તન થવા પામ્યું છે ધણીયે જૂના ધ્યાનો આના જ્ઞાનથી અદ્યક્ષ થઈ ગયા છે કેટલાક તો આ ગ્રંથિઓમાં જ ‘બ્રહ્મ’ ભરાયેલો છે એમ કહેવાની કૃજા કરે છે.

આપણને આગળીએ ચમ્પુ વાગે છે તે ઘા પાક ઉપર ચડે છે. આ વખતે ધણી વખતે આપણને જગલમાં એની વેળ ઘાલે છે—ગાઠ ફૂલેની લાગે છે સાયબના પેડામાં—વડાણ પ્રદેશમાં—કેટલીક વખતે આવી ગાઠો ફૂલી આવેલી જણાય છે લલા ગ્રંથિઓ જેમાંથી લાલાશ્વાસ સ્ત્રવે છે એ વિષે પણ આપણે જાણીએ છીએ હોજરીમાં કેટલીક ગ્રંથિઓમાંથી જઠરરસ સ્ત્રવે છે એની પણ આપણને ખબર છે પરંતુ જે ગ્રંથિઓની કુ વાત કરું છું તે ગ્રંથિઓ સંબંધી આપણામાંના ધણીને મુદતેય ખબર નથી ખીજી ગ્રંથિઓથી આનુ પાર્થક્ય બતાવવા આને “અંતર સાવી ગ્રંથિઓ” (Glands of Internal Secretion) એવું નામ આપવામાં આવ્યું છે આ જ ગ્રંથિઓને વ્યક્તિત્વ ગ્રંથિઓ “Gland of Personality”—કહેવામાં આવે છે આપણો દેખાવ—આકૃતિ—આપણી પ્રકૃતિ યા સ્વભાવ, આપણી બિચાર, આપણું પૌરુષ, આપણું દૈર્ઘ્ય વા આ

બધા ગુણોનો વિપર્યાય—આ બધું આ અતસાવી ઇચિઓ ઉપર નિર્ભર છે બીજી ઇચિઓને ducts—પ્રણાલિઓ હોય છે એ વાટે એ પોતાનો સ્રાવ દાનવે છે પરંતુ આ અતસાવી ઇચિઓ નલિકાવિહીન—ductless—છે એટલે આને ductless glands તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે મનુષ્યોની લિન્ન લિન્ન આકૃતિમાં લિન્ન લિન્ન સ્વભાવ, લિન્ન લિન્ન ચારિત્ર્ય આ બધું આ અતસાવી નલિકાવિહીન ઇચિઓને આભારી છે એમ વિદ્વાનો કહે છે

સ સારમાં એકસરખા મનુષ્યો જન્મતે જ જોવા મળે છે પરંતુ આપણને તેમાં અસાધારણ જેવું કંઈ ખાસ લાગતું નથી કોઈના અવાજ ઉપરથી, કોઈના ખોખારા ઉપરથી, તો કોઈની ચાન ઉપરથી આપણે માણસો પારખી શકીએ છીએ માતા પોતાના જોડકા બચ્ચા—જે એક બીજાને ખૂબ જ મળતા હોય છે લાગ્યે જ ઓળખી શકાય એવી સમાન આકૃતિવાળા હોય છે—ને પણ અમુક ખાસિયતોથી—લક્ષણોથી તુરત પારખી કાઢે છે કોઈ બે માણસ લાગ્યે જ એકસરખી આકૃતિવાળા આપણા જોવામાં આવે છે અને ત્યારે જોવામાં આવે છે ત્યારે એવી ભૂનો થાય છે (તેમને પારખવામાં) કે કાનૂની અદાતતોમાં તેના કિસ્સાઓ અનેક વખત જોવા મળે છે.

એડાલ્ફ એક નામનો એક નોર્વેનો વેપારી લંડનમાં વસતો હતો આ વેપારી ઉપર સ્ત્રીઓને વિચિત્ર રીતે દસાવવાનો કેસ ચાલ્યો હતો અને સાત વર્ષની સખત શિક્ષા તેને ફરમાવવામાં આવેલી ત્યારે તે સાત વર્ષ પછી જેલ બહાર આવ્યો ત્યારે ફરીથી પાછો આવ્યા જ ગુના બદલ તેને પકડવામાં આવ્યો આ દરમિયાન જે ખરેખરો ગુનેગાર હતો તે જહોન સ્મિથ નામનો ગુનેગાર—જે જેલમાંથી નામી છૂટ્યો હતો—તે પકડાયો આ બન્નેની આકૃતિઓ એકબીજાને એટલી બધી મળતી આવતી હતી કે અજાણ્યો માણસ બન્નેને એક જ માને તેમની આકૃતિ સમાન હતી એટલું જ નહિ તેમના હસ્તાક્ષરો પણ સમાન હતા ! એક ખરી રીતે નિર્દોષ હતો સ્મિથ ખરો

ગુનેગાર હતો. પરંતુ શિમથ નાસી છૂટેલો એટલે બેકને જ શિમથ માનીને સાત વર્ષ સુધી જેલમાં રાખનામા આવેલો ! જ્યારે શિમથ પકડાયો ત્યારે જ કોર્ટને આ બૂલ સમજાઈ ફરીથી કેસ ચાલ્યો શિમથે પોતાના ગુનાઓનો એકરાર કર્યો અને સરકારે ખોટી રીતે એને સાત વર્ષ સુધી જેલમાં રાખ્યા બદલ બેકને ૫૦૦૦ પાઉન્ડ નુકસાનીના આપ્યા !

પગલુ સરખાપણુ એ આનુવંશિક નિયમોને આધીન છે અને એ વિષે કોઈક વખત મારે લખવુ છે પરંતુ તમામ મનુષ્યો જે એકબીજાથી સિન્ન આકૃતિના છે તે આપણી અત સ્ત્રી અથિઓને આભારી છે. આ અથિઓની લીલા હમણા હમણા જ જળનામા આવી છે.

અત સ્ત્રી રસોમાથી જે પદાર્થ સ્ત્રવે છે તેને ‘હોર્મોન્સ’ તરીકે ઓળખનામા આવે છે દરેક અથિમાં એક વા વધુ હોર્મોન્સ રહેના હોય છે. આ પદાર્થો પ્રાણીઓની અથિઓમાં રહેના છે. જીવનની સમસ્ત ક્રિયાઓ, મનના આવેગો અને આવેશો વગેરે બધું આ અથિઓ સાથે સંબંધ ધરાવે છે આ હોર્મોન્સનું રાસાયણિક પરીક્ષણ કરવામા આનુ અને હવે તો તેને મળતા જ પદાર્થો રસાયણશાસ્ત્રની મદદથી કૃત્રિમ (artificial) બનાવવામા આવે છે પ્રથમ તો બકરા અને અન્ય પશુઓના શરીરમાંથી આ અથિઓ કાઢીને તેના સત્ત્વ વપરાતા હતા હવે પશુઓની જરૂર નથી પડતી બનાવટી ‘હોર્મોન્સ’ બનાવવામા આવ્યા છે અને તે છૂટથી વપરાવા લાગ્યા છે

ગળામાં જેને આપણે ‘હર્ષડિયો’ કહીએ છીએ ત્યા ‘થાઈરોઇડ’ નામની અથિ છે. આ એક નાની મૃદુ અથિ ગળામાં રહેલી છે કેટલીક વખત બાળકો આ અથિ સિવાય જન્મે છે પ્રથમ જ મહિન તો કશું જ જણાતું નથી પણ છ મહિના પછી બાળક સ્વાસ્થ્યવિ રીતે વધતું જણાતું નથી. અને માનસિક રૂઢિતિ પણ તેનામાં જણાત

નથી એટલે આપણું ધ્યાન ખેંચાય છે. જો કંઈ કરવામાં ન આવે તો પણ તે બહુ બહુ તો ચારેક ફીટ જેટલું તો વધશે જ પરંતુ તે તદ્દન idiot, imbecile જડ-મૂર્ખ-ગાંડું જ જણાય છે. માનસિક વિકાસ જરા પણ થયેલો હોતો નથી. આની મુખાકૃતિ તદ્દન વિચિત્ર જણાય છે, આંખોનાં નૂર નથી હોતું, માથું મોડું-શરીરના પ્રમાણમાં-વધેલું લાગે છે. ચહેરો ચપટો જણાય છે. આ દિંગુજપણું-cretinism-આ ચાઇરોઇડ અંધિના સાવના અભાવને લઈને હોય છે. પ્રથમ આ અંધિઓના સાવની ખજર ન હતી એટલે તેની ચિકિત્સા પણ ન હતી. પરંતુ હવે આ અંધિઓના મામિક અભ્યાસ પછી આવા દિંગુજને ચાઇરોઇડ અંધિના સાર-extract-જે દવા વેચનારાઓને ત્યાં ટેબ્લેટ રૂપમાં મળે છે-આપવામાં આવે છે અને આપણા અચંપા વચ્ચે આવાં બાળકો વધવા લાગે છે. ફેટલીક વખત તો દરેક મહિને ઈંચ વધે છે. બેડોળ ચહેરો મુડોળ બને છે, નિસ્તેજ આંખો તેજસ્વી બને છે, તે વધવા લાગે છે, જીવિનો ચમકારો જણાય છે અને બાળક સામાન્ય-normal બને છે.

ફેટલીક વખતે આ અંધિ ન હોવાને બદલે ઘણી જ વધેલી જણાય છે. મોટી ઉંમરની યુવાન સ્ત્રીઓમાં ફેટલીક વખત આવું જોવામાં આવે છે. ચાઇરોઇડ જોઈએ તેના કરતાં વધુ મોટી હોય, વધુ આવ અંદરથી એવતો હોય તો સ્ત્રી પાતળા, ઊંચી અને મોટી ભરાવદાર-prominent-જણાય છે. ઘણી વખત તે અત્યંત મેઘાવી, સંગીતપ્રવીણ અને સાહિત્યરસિક જણાય છે, પરંતુ ખૂબ જ લાગણી-પ્રધાન, આવેશમય-emotional-અને અસ્થિર મનની જણાય છે. રોસેટ નામના ગૃહસ્થની પત્નીને આવી અંધિ હતી અને આને લીધે સુંદર જણાતી ગરદન સૌન્દર્યના ચિહ્ન તરીકે ('Rossetti neck') લાંબા વખત સુધી પ્રચલિત હતી. પરંતુ હવે પુરવાર થયું છે કે એ ગરદન સૌન્દર્યશાળી નહિ પણ ખોડખાંપણવાળી-

deformity—છે આ સ્થિતિને Grave's Disease—ગ્રેવ્ઝ ડિસીઝ—  
 ડબ્લીનના પ્રખ્યાત ચિકિત્સક ગ્રેવના નામ ઉપરથી—તરીકે ઓગખ  
 વામા આવે છે વધેની થાસ્પોષક શાસ્ત્રક્રિયાથી કાપી કાઢનામા આવે  
 છે, આખી અધિ નહિ હા, જંટલો લાગ વધેલો હોય તેટલો જ  
 ફક્ત કાપનાનો, અને જરૂર હોય તેટલો લાગ તો રાખવાનો જ  
 પરંતુ આ શાસ્ત્રક્રિયા ધણી લનાનક ગણાય છે એટલે આને માટે  
 ખીળ કંઈ ઉપાયો અજમાવના તરફ ધ્યાન ગયું છે અને ખરેખર  
 આ ધણુ અગત્યનું છે કારણ કે આવા ધણા કેસો હવે વધવા લાગ્યા  
 જણાય છે

આ બે સ્થિતિ ઉપરાંત એક ત્રીજી સ્થિતિ પણ આ પ્રશ્નની  
 છે મોટી ઉંમરે આ અધિ કેટલીક વખતે, સુકાવા લાગે છે અને  
 ધીરેધીરે તદ્દન અદૃશ્ય થઈ જાય છે પરિણામે દરદી મૂઠ જોવો,  
 અક્કલહીન, થોથરાયેલી આંખોવાળો, મો અને ગરદન પણ ફેફરાયેના  
 જણાય છે માથાના વાળ ખરવા લાગે છે અને આકાન વૃદ્ધત્વ લાગે  
 છે વિનોદ નમ્ વગેરે કંઈ સમજી કે માણી શકતો નથી આ  
 વ્યાધિનું નામ 'મિક્સિડેમા'—myxedema—છે

અવખત, આ વ્યાધિ સૌકાઓથી ચાલ્યો આનતો હશે પરંતુ  
 તેનું જ્ઞાન કોઈને ન હતું લાખો મનુષ્યો આ વ્યાધિને લઈને  
 મરણશરણુ પણ થયા હશે પરંતુ ઓગણીસમી સદીના અંત સુધીમા  
 આ વ્યાધિ કોઈએ પારખ્યો ન હતો સૌ પ્રથમ મિક્સિડેમાનો કેસ  
 વર્ણવનાર—પારખનાર લડનની ગાય હોરિપટવનો ડોક્ટર સર વિલિયમ  
 ગુલ હતો

આ જો ગુન અનૌકિક મનુષ્ય હતો અત્યંત ગરીબ માન્યાપને  
 ૧૨ જ-મેના ગુન જ્યારે દશ વર્ષની ઉંમરનો હતો ત્યારે તેના પિતા  
 મરી ગયા મુલની આકૃતિ નેપોલિયન બોનાપાર્ટ જેવી આમ્ફક  
 હતી નેપોલિયન જેવી જ નિજ્યની આકાશ તેના દિનમા હતી  
 અથાક પરિશ્રમથી તે છેવટે મેરેનેટ થયો, રાણી વિક્ટોરિયાનો



રાજવૈદ્ય બ-યો, પાછળથી પ્રિન્સ ઓફ વેલ્થ અને સાતમા એડવર્ડનો પથુ રાજવૈદ્ય થયો. એની નિદાનશક્તિ આશ્ચર્યજનક હતી એ મંયો ત્યારે ૩,૪૪,૦૦૦ પાઉન્ડની મિલકત પાછળ મૂકી ગયો એવી તેની આવક હતી. આટલી મોટી આવક ચિકિત્સકના ધધામા, ખરેખર તાજૂખી પમાડનાર જ ગણાય. કહેવાય છે કે લોડઃ મોયનીફત નામના સર્જનની પેદાશ આ ચિકિત્સક કરતા વધારે હતી. પરંતુ સર્જનની વાત જુદી છે. આપણે એનું પ્રયોજન નથી. આવા મશહૂર ડૉ. ગુવર્નુ નામ આ મિકિસડિમા નામના વ્યાધિ સાથે જોડાયેલું છે.

કહેવાય છે કે ૫૦ વર્ષની ઉંમરે આઠમા દેવ્રી રાજાને આ દરદ થયું હતું. આથી જ એનું પરિણિત જીવન આ પછીના વર્ષોમા શાંતિથી પસાર થયું હતું. આ દરદને લઈને એની કામવાસના શાંત થઈ ગઈ હતી. એનું મગજ બહાર મારી ગયું હતું. અને તેની છેલ્લી રાણી, પુરોગામી રાણીઓને દિસાળે, વધુ લાગણીથી જીવન ગાળી શકેલી. જો તે વખતે ત્યાના ડોક્ટરોને આ રોગની જાણ હોત, હમેશાં બકરા કે ઘેટાના ગળામાંથી આ પ્રાણિ કાઢી તેનું સર્વ કાઢી થોડાક દિવસની માત્રામા રાજાને આપવામા આવ્યું હોત, તો આઠમા દેવ્રી રાજા પૂર્વવત્ તેજસ્વી, મેધાળી, રાજકુશલપદુ ધાત અને ઈલડનો સ્થિતિદાસ જુદો જ લખાયો હોત !

૧૮૬૦મા ન્યુકેમ્બ-ઓન-પાર્કના ડૉ. ન્યોર્જ મૂરેએ પહેલ-વહેની આ દવા યાદગીરક મધિમત્વ વાપરીને જગતને બતાવ્યું કે મિકિસડિમા સાધ્ય વ્યાધિ છે. ખરેખર આ રોગમા આ દવા ચમત્કારે જ બતાવે છે જુડયવ જન્માતો ચંદ્રેરો તેજસ્વી બને છે, નિમ્તેજ આપો તેજસ્વી બને છે. જો દરદી સ્ત્રી હોય તો તેનામા એટલી તાઝગી જણાય છે કે તેની ઉંમર કરતા તે ૨૦-૨૫ વર્ષ ઉંમરમા નાની જણાય. સ્ત્રી જોટલી દવાથી દંદીમા અજગ ફેરવાયે થાય છે. આ પ્રાણિનો અભાવ, દંધો વધારે પડતો પ્રાણિઆવ, પ્રાણિપ— આ ત્રણ સ્થિતિમા ઓડીરતી માત્રાથી આ દવા મૂર્ખ જેવા દીમતા



ખીજી જાતનો અંતઃસ્ત્રાવી રસ યુક્ટોર્ટીન—પુરુષશક્તિ સંરક્ષે છે. આના અભાવથી અથવા અપૂર્ણતાથી સ્ત્રીજીલાવ, સ્ત્રીત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. સ્ત્રી હોય તો આના વધુ પડતા સ્ત્રાવથી તે પુરુષ જેવી બરછટ બને છે. આવી સ્ત્રીઓ મોટે ભાગે વ્યાયામના અદ્ભુત પ્રયોગો, કુસ્તી, ટેનિસ, હોકી વગેરેમાં નામ કાઢે છે. મોટે ભાગે તેમને મૂંઝેલા જેવા આછા વાળ ઊગે છે અને પરપચા પછી આવી સ્ત્રીઓને સંતાન થતાં નથી.

સમુદ્ર જેવા દુર્ધર્ષ અને કાલ્પાગ્નિ સમ દુઃસહ—એવા લોક-વીરને આપણે પુરુષધર્મ-પુરુષોમા ઋષભ-ખિરુદ્ધી નવાજીએ છીએ. ઋષભ એટલે આખલો એ પુરુષાતન-પૌરુષ-બલનો પ્રતીક મનાય છે. આખલાની એ શક્તિ-પૌરુષ એના શરીરમાં એડ્રેનેલિન ગ્રંથિઓને આભારી છે. હરણ જેવાં ભયભીત મૃદુ પશુઓમાં એડ્રેનેલિન ગ્રંથિઓ ઘણી નાની હોય છે. આ ગ્રંથિની અપૂર્ણતા-deficiency-સાથે ચામડીના રંગને સંબંધ છે. અતિ પ્રાચીન મનુષ્યોનો રંગ કાળો હતો એમ મનાય છે અને હવે આપણામાંના ઘણાનો રંગ બદલાયો છે એ બતાવે છે કે આપણામાં એ પ્રાચીનો-primitive-કરતાં એડ્રેનેલિન ગ્રંથિઓનો વિકાસ વધુ થયો છે. ગોરી પ્રજાઓની સાર્વ-લૌભતા આ એડ્રેનેલિનની પ્રચૂરતાને આભારી હશે ?

એક 'એડિસન્સ ડિસીઝ' નામનો રોગ થાય છે. ગોરા મનુષ્યોની શ્વેત ચામડી આ રોગમાં તદ્દન કાળી પડી જાય છે. રોગી અતિ દુર્બળ બની જાય છે, એપેન્ડીસાઇટીસના જેવો સખત દુખાવો પેટમાં વારંવાર ઊપડી આવે છે અને મોટે ભાગે વર્ષોકમાં મરણ-હારણ થાય છે. મતવજ કે આ રોગથી આજ સુધી આ વ્યાધિના રોગીઓ મરતા હતા પરંતુ હવે આ એડ્રેનેલિન ગ્રંથિઓ ઉપરના બાહ્ય સ્તર (outer coat) નું સત્ત્વ આપે રાખવાથી-ઈન્જેક્શનથી-આ રોગના દરદીઓનું જીવન નિખાવી રખાય છે, જેમ 'ઇન્સ્યુલીન'ની મદદથી મધુમેહી દરદીઓનું જીવન નબે છે તેમ.

આ ઇન્જેક્શન્સ શોધવાનું માન્ય છે અમેરિકન ડોક્ટરોને ફાળે ગયું છે. 'એડિસન્સ ડિસીઝ' નામ રાખવામાં આવ્યું છે એ ડૉ. એડિસન આ શોધ વખતે જીવતો હોત તો તેને કેટલો આનંદ થાત ! ૧૯૩૪માં ઉપરોક્ત ઇન્જેક્શન્સ શોધાયા. આ ડૉ. એડિસને ૧૮૬૦માં ગાય હોરિપટલમાંથી સર વિલિયમ ગુલ પોતાને કાઢી મૂકશે એ ડરથી આત્મહત્યા કરી હતી. આ વાત સાચી હતી જ નહિ, પરંતુ ડૉ. એડિસન અતિશય લાગણીપ્રધાન માણસ હતા. જ્યારે આ વ્યાધિનું વ્યાપ્ત એડિસને તે વખતની લંડનની વૈદ્યસભા-Medico-Chaity-surgical society-સમક્ષ ક્યું ત્યારે દુર્ભાગ્યે તે સભામાં સભ્યોએ તેની ટેકડી કરી. એડિસનનું ભાષણ એ સભાના મુખપત્ર-transactions-માં છાપવાની યોજાઈ ના પાડી. અતિશય લાગણીપ્રધાન હોઈ, આ અપમાનિત અને ભ્રાન્ત ડોક્ટરે આત્મહત્યા કરી. વખતની પણ બલિહારી છે. તે સમયના ના પાડનાર ડૉક્ટરનું નામ સમયપટ ઉપર અંકિત થયું નથી જ્યારે બિચારા ભ્રાન્ત એડિસનનું નામ તો હજીયે વિશ્વપટ ઉપરની તમામ વિદ્યાપીઠોમાં ઉચ્ચારવામાં આવે છે જ !

યાદરોષક અને એડ્રેનેલિન કરતાંય વિશેષ ઉપયોગી એવી એક ત્રીજી અતઃસ્રાવી ગ્રંથિ 'પિન્ડ્યુટરી'ની લીલા તો ખરેખર અદ્ભુત છે. આથી તો એનું નામ "master gland" સર્વશ્રેષ્ઠ ગ્રંથિ પડ્યું છે. આ ગ્રંથિ કદમાં વટાણા જેવડી છે, જોપરીમાં મગજના તળિયામાં તે આવેલી છે. આટલી નાની અને મગજના એક અંધારા ખૂણામાં પડેલી આ ગ્રંથિ શરીરની બીજી બધી ગ્રંથિઓની સમ્રાજી છે. યાદરોષક, એડ્રેનેલિન, આદિ તમામ ગ્રંથિઓનું નિયમન આ જ ગ્રંથિ કરે છે. એની અમત્યતા જોતા એની સ્તુતિ કરતાં શેષનામ યાકે એમ છે. જાણે 'ચિત્ત-ચતુ' સ્થાન-આત્માનું સ્થાન-આ નાનીશી વટાણા જેવડી ગ્રંથિ જ ન હોય એવું એનું વિશિષ્ટ સ્થાન છે.

આ નાનીશી અંધિના બે ખડે છે : એક આગલો અને બીજો પાછલો. આગલો ખડ-*anterior lobe*-શરીરની વૃદ્ધિ વા વિકાસનું નિયમન કરે છે. આ આગલો ખડ વધેલો-*enlarged*-હોય તો મનુષ્ય રાક્ષસ-*giant*-બને છે. આયર્લેન્ડના ઓ'બ્રાયનનું નામ ધણા જાણીતા હશે. એની આ અંધિ (આગલો લાગ) વિશેષ વધેલી હતી. એટલે તેની જિંચાઈ ૮ ફીટ ૪ ઇંચની હતી. ઓ'બ્રાયનની જિંચાઈ ૮ ફીટ અને ૪ ઇંચની હતી એટલે દરેક પ્રદર્શનમાં તેને મોટી ફી આપીને નિમંત્રવામાં આવતો અને આવી જ રીતે તે 'પોતાનું' શુભ-રાત્ર ચલાવતો. આવી રીતે ૭૦૦ પાઉન્ડ બચાવ્યા હતા એક દિવસ તે સપ્તન દાશના ઘેનમાં ચક્રચુર પડ્યો હતો તે વેળા ક્રાઇ આ પૈસા ચોરી ગયું. આ નિરાશા વિશ્ભરવા તેણે ખૂબ દારૂ પીવા માડ્યો અને એમાં જ તે મરણ પામ્યો. આ રાક્ષસ જેવા અતિ જિંચા મનુષ્યો બહુ મૃદુ-*docile*-હેય છે તેઓ યુવાન વયે જ મરે છે. ઓ'બ્રાયનના મૃત્યુ બાદ એનું અસ્થિપિંજર હૉટરિયન મ્યુઝિયમમાં પ્રદર્શન માટે રાખવામાં આવ્યું છે. અસ્થિપિંજર વખતે ઓ'બ્રાયનની પિચ્ચટરી અંધિ મરઘીના ઇંડા જેવડી મોટી જણાયેલી.

વટાણા જેવડી નાની અંધિ તેના બે વિભાગો. આગલો લાગ જે વધુ વધેલો હોય તો જિંચા તાડ જેવો માથાસ થાય. અને બીજો આગલો લાગ જે ઓછો-*deficient*-હોય તો વામન સ્વરૂપ-*Dwarf*-થાય. આર ફીટની જિંચાઈ કરતા જેની જિંચાઈ નીચી હોય છે તેને 'વામનો' તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. વામનજીઓ રાક્ષસ-*giant*-કરતા વધુ સુખી હોય છે કારણ કે તે બેડી બાધણીના, હૃદયુષ્ટ શરીરના, દીર્ઘાયુષ ભોગવનારા હોય છે. વળી આ વામનજીઓ ધણા ભુદ્ધિશાળી અને આનંદી હોય છે અને આથી જ આજ દિન સુધી રાજાઓના દરબારમાં આવા વામનજીઓને મસ્કરાઓ તરીકે રોકવામાં આવતા હતા. ખીરબવની જિંચાઈની આપણને ખબર નથી, નહિ તો ઠેલોક પ્રકાશ પડે ખરો !

આપણી જિંદગી આ ટચૂકડી મંથિ નિયમિત કરે છે ! સ્ત્રીઓનું સ્ત્રીત્વ-તેમની જનનશક્તિ-માતૃત્વ આ જ મંથિનો આગસો ભાગ સંરક્ષે છે-નિયમન કરે છે. આ આગસો ભાગનું આરોગ્ય બરાબર સચવાતું ન હોય તો દા અકાલે ગર્ભપાતો થાય છે અથવા વંધ્યત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. પ્રસવ વખતે વેણો-labour pains-આવે છે તે આ પિચ્યુટરીના સ્નાયુને લાંબી જ. આથી જ હવે પ્રસવકાલ ભરાઈ ગયો હોય, વેણો એક વખત ઊપડીને બંધ પડી ગઈ હોય-ત્યારે ડોક્ટરો પિચ્યુટરીના આમત્તા ભાગનું સત્ત્વ ઈન્જેક્ટ કરે છે. તુરંત જ વેણો શરૂ થાય છે અને બાળક પ્રસવ થાય.

ડિક્સનના 'થિંકિંગ યેપ્સ' માં ફેટબોય-"Fat Boy"નું સંસ્મરણ બધાને હશે જ. પિચ્યુટરી મંથિની શોધ તે વખતે થઈ ન હતી, છતાંય ડિક્સને એક વૈજ્ઞાનીની ચોક્કસાઈથી એ જાણ હોય છે કે વામનત્વ સરસ રીતે વધુ વેણું છે.

કહેવાય છે કે નેપોલિયનમાં આ મંથિનો સરસ વિકાસ થયેલો હતો. જ્યાં સુધી આ મંથિનું કાર્ય નિયમિત ચાલ્યા હયું ત્યાં સુધી તેણે આખા યુરોપને કબજામાં રાખ્યું હતું. પરંતુ ૪૦ વર્ષની ઉંમર પછી એની એ મંથિનો કાર્ય થવા લાગ્યો હતો અને પરિણામે તે એક પછી એક એવી ભૂતો કરવા લાગ્યો કે છેવટે સેન્ટ હેલેનામાં કેદી તરીકે પુરાયો. ડૉ. ગીકી કોબ (Geikie Cobb) ના પુસ્તક *The Glands of Destiny*—લાભવિધાતા મંથિઓ "માં આ વાત તેણે કહેલી.

લૈંગિક મંથિઓ-sex glands-પણુ શરીરમાં અદ્ભુત કાર્યો કરે છે. લગ્નજીવનનો આનંદ આ મંથિઓના આરોગ્ય ઉપર જ અવલંબે છે. વાજકરણશક્તિ, જનનશક્તિ, શૌર્ય, સાહસ—ઇત્યાદિ આ પુનરુત્પાદક લૈંગિક મંથિઓ પર અવલંબેલું છે. પુરુષોની

Impotency-માટે આ ગ્રંથિઓ જવાબદાર છે. બકરાના અંડ-અસ્તાવડનો સૂમ વાળકરણુ માટે ચરકે અનેક જગાએ યોગ્યો છે. ગ્રંથિની અપૂર્ણતાથી કમતાકાત-નામદાંઠ આવે છે તે જ ગ્રંથિનું ૧૨૧ શરીરમાં પ્રવેશ કરવાથી તાકાત અને પૌરુષ આવે છે. સ્ત્રીમાં જે આ ગ્રંથિઓ નિરોગી નથી હોતી તેા અનેક જાતની યોનિવ્યાપદોની ૧ ભોગ બને છે. સ્ત્રીનું માર્દવ, પ્રેમ માટે મરી ફીટવાની તમન્ના આ બધું આ ગ્રંથિઓને જ આભારી હોય છે. સ્ત્રીઓને પણ દુઃખ હોય છે તે આ લૈંગિક ગ્રંથિઓની અપૂર્ણતાને લઈને. રજોદર્શન, રાગભાવરથા, પ્રસવ, સ્તન્યમાન-બધા ઉપર, અરે સમસ્ત સ્ત્રીજીવન પર આ લૈંગિક ગ્રંથિઓની અસર છે.

ખૂબી તો એ છે કે આ બધી અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓ વચ્ચે મુદ્દજુત સહકાર જોવામાં આવે છે. એકાદ ગ્રંથિનો સાવ ઓછો હોય છે તો તે બોદ બીજી ગ્રંથિ પોતામાથી તેટલા પ્રમાણમાં ધુ સાવ પેદા કરી ભરપાઈ કરે છે. નાનપણમાં પુરુષ ગ્રંથિ-male gland-ને નુકસાન પહોંચાડવાથી પિચ્યુટરી વધુ ઉત્તેજિત થાય છે અને પરિણામે આપણે બિંચા હિઝડાઓ જોઈએ છીએ ૧ કોઈ પણ અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓનો રોગ આખા વ્યક્તિત્વને પગલી નાખે છે. અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓની 'સંવાદી વીણા' ઉપર જ મંજુલ જીવન-ગીત અવલંબેલું છે એટલું સૌ કોઈ હૃદયમાં ડોતરી રાખજો.

આ અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓ આપણી પાચનક્રિયા પણ નિયમિત રે છે અને આહારની અપૂર્ણતા આ ગ્રંથિઓ ઉપર અમર હોંચાડે છે. આમ એકની અપૂર્ણતાની અસર શરીરમા બધે જ જણાય છે. દાખલા તરીકે, આપણા રોજના આહારમા પાચોડીન જવું જોઈએ. તે ન જાય તો ગલગંડ-ગોષ્ટર-માનો રોગ લાગુ પડે. ગલગંડ રોગ યાધરોષ્ટ ગ્રંથિને ધ્વજ હોંચાડે અને યાધરોષ્ટને ધ્વજ પહોંચતાં તેમાનો સાવ 'યાધરોક્સિન'

નામની અંધિ છે તેના પાછા એન્ટીરિયર (આગલો) અને પોસ્ટીરિયર (પાછલો) એવા બે વિભાગો છે. ગળામાં થાઈરોઈડ નામની અંધિ છે. છાતીની બંધોલમાં થાઈમસ નામની અંધિ છે. (મોટી ઉંમરે આ અંધિ અદસ્ત થઈ જાય છે.) મૂત્રપિંડમાં સુપ્રારેનલ નામની અંધિ છે. આ બધી અંધિઓની લીલા વિદ્યાનોએ અનેક જાતના અટપટા પ્રયોગો કરીને જોઈ છે અને આધુનિક વિજ્ઞાનના આ અખતરાઓને ખોટા કહેવાની ધૂષ્ટતા તો કાઢી શે યાવે? આ નાની અંધિઓ ઉપર મોટા અન્યો લખાયા છે. પશ્ચિમના વિદ્વાનો આ નાનીશી અંધિઓની ગહનતામાં અવગાહન કરવા બેહદ શ્રમ ઉઠાવી રહ્યા છે અને આને લીધે ઘણી નવી વાતો પર પ્રકાશ પડ્યો છે—પડવા માડ્યો છે.

નાની શી પિન્થુઇટરી અંધિના સ્ત્રાવની અસર તે સ્ત્રાવ આગલા (એન્ટીરિયર) ભાગમાંથી આવે છે કે પાછલા (પોસ્ટીરિયર) ભાગમાંથી આવે છે તેના પર આધાર રાખે છે. જો પિન્થુઇટરીના આગલા ભાગનો સ્ત્રાવ અલ્પ હશે તો જનનઅવયવોના વિકાસને તે રૂધિરે, શરીરમાં ચરબી વધશે અને સ્થૂંચતા જન્મશે. આ જ આગલા ભાગનો સ્ત્રાવ જો વધુ પ્રમાણમાં થતો હશે તો જનનઅવયવો ઘણી ઝડપથી વધશે અને મોટા થશે. પાછલા ભાગનો સ્ત્રાવ જો વધુ પડતો સ્ત્રવતો હશે તો 'ગ્રોહીનું' દંબાણુ (પ્લેડગ્રેસર) વધશે અને ગર્ભાશયના સંકેતવિકાસને ઉત્તેજિત કરી અટકાવ વધારે લાવશે.

સુપ્રારેનલ અંધિની અપૂર્ણતાથી અથવા ઓછા સ્ત્રાવથી અલ્પ પીડિતાત્વ જન્મે છે અને ગર્ભાશયનો હ્રાસ (એટ્રોપી) થાય છે. આ સુપ્રારેનલ અંધિઓના વધુપડતા સ્ત્રાવથી પણ નષ્ટતાત્વ વધુ વધતવ પ્રાપ્ત થાય છે. થાઈમસના અતિ સ્ત્રાવથી પણ નષ્ટતાત્વ અને જનનઅવયવોનો અલ્પ વિકાસ થાય છે. આ બધી વાતો હવે લગલગ સિદ્ધ થઈ ચૂકી છે એટલે તું જોઈ શકીશ કે મનસાર કુધી



જે એમ માનતું હતું કે રજ્જેદર્શન કેવળ બીજાકોણના સ્થાન (ઓવેરિયન સિક્કેશન) પર નિર્ભર છે તે હવે સાચું રહ્યું નથી. બીજાકોણ, ગભાંશય, ઉપયુક્ત બંધી અંધિઓ—આ બધાના સામંજસ્ય અને અંધ્ય પર જ રજ્જેદર્શનની ક્રિયા નિર્ભર છે. રજ્જેદર્શન કેમ નથી આવતું તેનાં કારણો સમજવાં—સમજાવવાં કેટલું મુશ્કેલ કામ છે તે તું સમજી શકીશ.

વળી બીજાકોણના અંતઃસ્થાવો (હોર્મોન્સ) પર હમણાંહમણાં થોડાબંધ લેખો પ્રગટ થતાં જોવામાં આવે છે. અને બીજાકોણના અંતઃસ્થાવોની અવ્યવસ્થા પર જ રજ્જેદર્શનની અવ્યવસ્થા નિર્ભર છે એમ આપણને સમજાવવામાં આવે છે. બીજાકોણના એ મુખ્ય અંતઃસ્થાવો: (૧) ઇસ્ટ્રીન અથવા ફોલીક્યુલીન અને (૨) પ્રોજિસ્ટીન. ઇસ્ટ્રીન એ પરિષકત્ર થયેલ બીજાપુટકો (ગ્રાફિયન ફોલિકલ્સ) માંથી તૈયાર થાય છે. જ્યારે પ્રોજિસ્ટીન એ બીજાકિણપુટકો (કોર્પસ લ્યુટિયમ) નો પરિપાક છે. અને આ ઇસ્ટ્રીન અને પ્રોજિસ્ટીન બંને હેપર પિન્ડ્યુઇટરી વગેરે અંધિઓની ઓછીવત્તી અસર છે. આવી અગમ્ય હીલા છે એટલેજ હું રજ્જેદર્શનની અવ્યવસ્થાનાં કારણો તને કે બીજા કોઈને સમજાવી શકતો નથી. તું જ કહે, આ અંધિઓમાંથી કયા અંધિનો સ્થાન અલ્પ થા વધુ છે, એ પારખવું એ કેટલું મુશ્કેલ કામ છે. વિભવવિપુલ બુદ્ધિવાળા વિદ્વાનોની બુદ્ધિને પણ આકુલ કરે એવો આ વિષય છે, તો પછી મારા જેવા અલ્પ-બુદ્ધિવાળાનું આ વિષયમાં અંધુપાત કરવાનું શું ગયું? છતાં ધૃષ્ટતા તો કરી જ છે. આ અગત્યનો વિષય ચર્ચા માગે છે, વિશાળ વાચન માગે છે. આ વિષયના પડિતો કંઈક લખે તો વધુ સારું. પણ આપણા હિંદી ડોક્ટરોનું જ્ઞાન સ્વભાષામાં બિતરી શક્યું નથી તો પછી તે સમજાજ્ઞાન તો ક્યાંથી જ થાય? સાટેજ મારા જેવા અનધિકારીને આની એટલા કરવી પડે છે. શો ઉપાય!

એક ખીજ વાત પણ કહી નાખું. ઉપર્યુક્ત અધિઓ અને તેના સ્ત્રાવોની અસરના પ્રયોગો મુખ્યત્વે પશુઓ પર થયેલા છે. પશુઓને રન્નેદર્શન થતું હોય એવું હજી મારા જાણવામાં નથી આવ્યું (અવમત્ત, કેટલાક વાદરાને રન્નેદર્શન થવાના દાખના નોંધાયેલા છે) વળી પશુઓની અતિસાવિ અધિઓ કરતા મનુષ્યની તદ્દન નિરાણી—સિન્ન છે એટલે પશુઓ પરના અખતરાઓ મનુષ્યશરીર ઉપર ઘટાવવા એ રીક નથી એમ હું માનું છું પ્રખ્યાત દયચિકિત્સક ડૉ મુથુએ તેમના ‘પદ્મોત્તરી ટ્યુમરકયુલોમિસ’ નામના રસિક અન્યમા આ પશુઓ ઉપર થતા અને મનુષ્યશરીર પર ઘટાવાતા અતિખર્ચાળ અને અટપટા પ્રયોગો તરફ પોતાની નાપસંદગી બતાવી છે અને આ નીચેનાં ફકરો એક વિદ્વાનનો તું વાચીશ એટલે આ અંતઃસાવિ અધિઓને જે સાતમે આસમાને ચડાવેલી છે તેની નિરર્થકતા તું સમજી શકીશ. હું આ ફકરો ન ટાકત, પણ તું જાણે છે (તે જ મને હોર્મોટોન વિષે પુછાવ્યું હતું તે ચાલુ હશે.) કે આજકાલ આ અધિઓના સ્ત્રાવોનું જ સામાન્ય પ્રવર્તિ રહ્યું છે અને સ્ત્રીઓના રન્નેદર્શનના અનેક વ્યાધિઓ પર આ અધિઓના અતઃસ્ત્રાવોની બનાવટો—દવાઓ—અતિ મોઢા મૂલે આજે હિંદમાં વેચાઈ રહી છે, ડોક્ટરો વાપરી રહ્યા છે. પિંચુપટ્ટરી, થાપ્પેરોઇડ અન્યિઓ રન્નેદર્શનમાં અગત્યનો ભાગ ભજવે છે એટલે હવે આ અધિઓની બનાવટોની દવાઓનો છૂટથી ઉપયોગ આપણા ડોક્ટરો કરી રહ્યા છે તું પોતે હોર્મોટોન વાપરીને થાકી ગઈ છું અને હવે દેશી દવા માગે છે; પરંતુ મારી પાસે અટકાવ સાફ લાવે એવી અથવા રન્નેદર્શનના અનેક વિકારોને મિટાવી દે એવી રામમાથ દવા<sup>૧</sup> છે જ નહિ એક વિદ્વાન સંજ્ઞને મને આ અધિઓની બનાવટો

૧ એવી દવાઓથી રન્નેદર્શનને લગતા રોગો જલદી મૃત્યુ નથી કેટલાક આસને અથવા નિયમિત સ્પર્શનમ્કાર જેવી કસરતો સ્ત્રીઓ હોર્મોટોન કરતી થઈ જાય અને ખુશમિજાજમાં રહે અને સાથેસાથે યૌવ્ય આધાર-

(એન્ડ પ્રોડક્ટ્સ) વિશે મારો અભિપ્રાય પુછાવ્યો છે, અને આ દવાઓને સ્થાને કયી દેશી દવાઓ વાપરવી એ પુછાવ્યું છે. હું શું લખું? નિશ્ચયાત્મક અભિપ્રાય શે અપાય? મને આ એન્ડની બનાવટો માટે સારો અભિપ્રાય નથી. મારું આવડતું હોય તો આ મોઢી દવાઓને—જેમાંની ઘણીખરી કશું જ કામ નથી કરતી, હું હિંદમાં જ ન આવવા દઉં. પરંતુ મારું રાજ્ય ઝોલું જ છે? અને અંગ્રેજ સરકારના રાજ્યમાં આ કયારા જેવી અનેક દવાઓને રોકનાર કાણુ છે? હીક, પેસો ફકરો ટાંકું છું :

“Endocrine therapy is coming to bear a suspicious resemblance to mediaeval magic—the savage believes that eating the heart of his enemy, will confer on him the virtues of his enemy, and the most enthusiastic vendors of endocrine remedies suggest that the consumption of practically any organ will cure disease in that organ.” પ્રાચીન જંગલી મનુષ્ય પોતાના દુશ્મનનું હૃદય ખાવાથી દુશ્મનના બધા સદ્ગુણો પોતામાં આવે છે એમ માનતો. બરાબર તે જ રીતે આજના આ ગ્રંથિસ્ત્રાવ-પ્રતિપાદક ઉત્સાહીઓ માને છે કે ગમે તે ગ્રંથિની બનાવટવાળી ઝોળી ખાઈ જવાથી તે ગ્રંથિમાં અથવા તે ભાગમાં જે રોગ હશે તે મટી જશે.

દીકા જરા વધુપડતી છે પરંતુ સાવ ખોટી તો નથી જ. જરા આડુંઅવળું જવાય છે એ હું જાણું છું, પરંતુ તને આ ગંભીર વિષયનો કંઈક ખ્યાલ આપવા માટે આમ કરવું પડે છે.

વિદ્યાર રાખે તો જ આમા સારો ફાયદો જણાય છે. અટકાવ સાવનાર દવાઓ ધણી છે, પરંતુ દવાઓ પર આધાર બહુ ન રાખતાં યોગ્ય આસનો, ઇસરત, આહાર પર વધુ ધ્યાન દેવાની જરૂર મનના સ્વાસ્થ્ય સાથે પણ પ્રાર્થવને સંબંધ છે જ.

શુદ્ધ અને નિયમિત ઋતુદર્શન નીચેની ચાર બાબતો પર નિર્ભર છે :—(૧) જનનઅવયવો બરાબર હોવા જોઈએ. (૨) રુધિરાભિસરણ ક્રિયા બરાબર હોવી જોઈએ અને લોહીનો જથ્થો અને ઘટના બરાબર હોવાં જોઈએ; (૩) યાનતંત્રુઓ (નર્વસ સિસ્ટમ)ની ક્રિયા બરાબર ચાલવી જોઈએ—માનસિક કારણોને લઈને યાનતંત્રુઓ પર અસર થાય છે; અને (૪) બીજકોષ અને પિત્યુષ્ઠરી ઇત્યાદિ ગ્રંથિઓમાંથી યોગ્ય ભવ ચાલુ રહેવો જ જોઈએ.

હી. હવે તારો બીજો મુદ્દો ચર્ચુ' છું. "રજોદર્શન વખતે આટલી બધી આલસહિડ સાથી? જો રજોદર્શન એ સ્ત્રીશરીરની સ્વાભાવિક જ ક્રિયા છે તો પછી તે વખતે તેને અડકવું નહિ તેથી ખભડાઈ જવું, એ બધું સાથી?... " આ પ્રશ્નનો ઉત્તર જરા લંબાણથી આપવો પડશે આ પ્રશ્ન તું જ પૂછે છે એમ નથી ધણાએ સુશિક્ષિતો પણ પૂછે છે, અને આજની લગ્નલી સ્ત્રીઓ પણ પૂછે છે. મારા 'અભિનવ કામશાસ્ત્ર' માં મેં આનો ઉત્તર આપવાને પ્રયત્ન કર્યો છે છતાંય જરા વિસ્તારથી આપણે આ વિષયને છેડીશું.

મારા સંસારની સકલ પ્રજાઓ રજોદર્શનના ચાર દિવસોને પરાપૂર્વથી અપવિત્ર ગણતી આવી છે. પૃથ્વીના પડ ઉપર એવી એક પણ પ્રજા, શું સુધરેલી કે શું પછાત, નથી જે આ ચાર દિવસોને બરાબર પાળતી ન હોય. હિંદુ\* અને પારસી તો આ ચાર દિવસે

\*પ્રથમેડહનિ ચાળ્ડાલી દ્વિતીયે વ્રજ્ઞધાતિની ।

તૃતીયે રજની પુસાં ચથા વર્જ્યા તથાડ્ઙ્ગના ॥

ભાવમિત્રો આ સ્લોક રજવલા સૌને પહેલે દિવસે ચાંદાળી બીંદ દિવસે બ્રહ્મધાતિની અને ત્રીજે દિવસે ધાળણ કહીને વળ્યું કરવા યોગ્ય ગો છે. આ ચિત્ર આ કુમળાં વાળને બેહુડું લાગશે પરંતુ મનુષ્યરવભાવ અભ્યાસકોએ હૈતુપુર સર આટલી સખતાર્થ દર્શાવી લાગે છે

પારસી ધર્મશાસ્ત્રોમાં લખ્યું છે કે 'રજવલાએ પવિત્ર અગ્નિથી ૧૫ કડ

ને જોઈએ. સંતપુરણથી ત્રણ કદમ દૂર રહેવું જોઈએ. રજવલાએ કે

બરાબર પાળે છે તે તું જાણે છે એટલે એ વિશે કંઈ પણ કહેવું અનુચિત છે. યહૂદી, મુસલમાન, ખ્રિસ્તી, બૌદ્ધ અને બધી જ જગલી જનો (aborigines)—આ ચાર દિવસો વિવિધ રીતે પાળે છે તે બતાવવા થોડોક ઇતિહાસ આપું છું. તને કંટાળો ના નહિ આવે ને ?

યહૂદી લોકોમાં એવું વિધાન છે કે, રજસ્વલા પાણી પાસે, ફૂવા હિપર, સમુદ્રકિનારે, અગ્નિ નજીક, રસોડા પાસે, અનાજનાં ખેતરોમાં, ફક્તઆડવાળાં બાગોમાં જઈ શકે નહિ તેમ તે ઢોરને કે ખાદ્ય પદાર્થોને કે ફરનિયર અને પૈસાને અડકી શકે નહિ. સીરિયાના યહૂદીઓ તો રજસ્વલા સ્ત્રીઓને એક અસાધ્ય મકાનમાં જ રહેવાની ફરજ પાડે છે. એ ધરમાથી તે ખાદ્ય, ચાર દિવસોમાં, કંઈ પણ બહાર જઈ શકે નહિ. તે કદાચ બહાર જાય તો તેના પગ નીચે જે જે ચીજો આવી હોય તેને બાળી નાખવામાં આવે છે. તે કોઈ પણ સાથે વાતચીત પણ ન કરી શકે અથવા કોઈ પુરુષ તેની સાથે વાતચીત ન કરી શકે. તે અથાણાની બરછીઓ નજીક ન જઈ શકે, રખેને અથાણાં તેના વંછાથી બગડી જાય.

પણ ભતના ધરના કામકાજમાં ભાગ લેવો ન જોઈએ કોઈ મનુષ્ય જો પ્રાર્થના કરતો હોય અને રજસ્વલા બાઈની તેના પર દષ્ટિ પડે તો તે મનુષ્યે ફરીથી પ્રાર્થના કરવી જોઈએ.....રજસ્વલા સાથે જે કોઈ પુરુષ સમાગમ સાધરો તે ખરી રીતે ધીતાના નવા જન્મેલા બાળકને બાળશે (જૂલુલ્લા કરશે).

આ જ મતલબનો સુશ્રુતનો અભિપ્રાય બુઝો :

“ રજસ્વલા સ્ત્રીમાં પ્રથમ દિવસે મૈથુન કરવામાં આવે તો પુરુષના આયુષ્યની હાનિ થાય છે, અને જો તેથી મલ્ રહે તો તે જન્મતાં જ મરી જાય છે અથવા જન્મ્યા પછી ૧૦ દિવસમાં સૂતિકાગ્રહમાં મરી જાય છે. ત્રીજા દિવસે મૈથુન કરવામાં આવે તો પણ એમ જ થાય છે અને કદાચ મલ્ થવે તો પણ અપૂર્ણ અંગેવાળો અથવા અરૂપ આયુષ્યવાળો થાય છે. ચોથા દિવસના સંકવાસથી મલ્ સપૂર્ણ અંગેવાળો તથા લાંબા આયુષ્યવાળો થાય છે. ”

( સુશ્રુત : સારીરચના, અ. ૨ )

લેમેનોનના ગામડિયાઓ તો એટલે સુધી માને છે કે રજસ્વાના પડછાયો પડવાથી વેના ઉપરના ક્ષણ ઝરમાઈને ખૂંચી પડે છે. રજસ્વાના બે વોડા પર સનારી કરે તો તે ઘોડો પણ મરી જાય અથવા કાયમ માટે નકામો થઈ જાય છે હજી પણ ઈરાન અને પેનેસ્ટાઈન જેવા યહુદીઓના મુખ્ય મથકોમાં જે યહુદીઓ યુરોપિય નોની અસર નીચે આવી નથી તેઓ શાસ્ત્રોક્ત રીતે રજ્જેશન વિધિ પાળે છે.

આરમો અને મુસનમાનો પણ રજ્જેશન બરાબર પાળે છે યહુદીઓની પેઠે આરમો પણ રજસ્વાનોને જુદા ધરમા રાખે છે.

બૂતિયા, સિકીમી અને ટિમેટનિવાસીઓ પણ નેપાળી સ્ત્રીઓ પેઠે જુદા ધરમા રજસ્વાનો રાખે છે બે જુદા ધર રાખી શકે એવી સ્થિતિમાં ન હોય તો જે ધરમાં તે રહેતી હોય તે જ ધરમાં એકાદ ઝોરડી તેને અનગ આપવામાં આવે છે ઘર સાથે આ ઝોરડીને ઠંઠ પણ સબધ હોતો નથી ધરને દક્ષ એક નાની બારી હોય છે, અને આ બારીથી જ તેને બોરાક પહોંચાડવામાં આવે છે રજસ્વાના પોતાના નાના બાળકને ધવડાવી શકે નહિ, બીજી સ્ત્રીઓ આ બાળકને ધવડાવે છે તે ધરમાંથી મક્કાર જઈ શકતી નથી, અથવા પ્રાથના કે અન્ય સામાજિક વિધિમાં ભાગ લઈ શકતી નથી.

નીનના બૌદ્ધધર્મીઓ પણ આ જ રીતે રજ્જેશન પાળે છે કેનીનનીન અને સિયામની સ્ત્રીઓ પણ રજ્જેશન વખતે અનાથના ઘરોમાં રહે છે, તે રાખતી કે ધોતી નથી.

ધણીયે અમરૂત જાતો—જ ગનીઓ—પણ આ આચાર બરાબર પાળે છે અને બ્યારે સુધારાના સંસ્પર્શથી તદ્દન અલિપ્ત અથવા દૂર રહેતા આ અમરૂત મનુષ્યોમાં આ આચાર ખૂબ જ ચીવટાર્થી પળાય છે તો પત્ની અનુલવથી એ લોકો રજ્જેશનના રીતે, જાણી, શક્ય હોય જ એમ માનવું પડે અફ્રિકાના મોટા

લાગમાં ત્યાંના અસલ વતનીઓ રજ્જેદર્શનના નિયમો ચુસ્ત રીતે પાળતા જણાય છે. દક્ષિણ આફ્રિકાની રજ્જેદર્શના સ્ત્રીઓ ગાયને દોહી શકતી નથી. ધણીખરાં રથજે તો રજ્જેદર્શનાઓ જુદી જ મૂંપડીમાં રહેવા જાય છે.

અમેરિકામાં રેડ ઈન્ડિયનની સ્ત્રીઓ રજ્જેદર્શન વખતે પોતાનો હાથ માથાને અડકાડી શકતી નથી. માથું 'ખંજેળવું' હોય તો સળી લેવી પડે છે. ધણીખરી, એ વખતે, જુદાં જ ધરોમાં વસવાટ કરે છે.



### ૩૪ : સુવાવડનો ૩૨

આજની સ્ત્રીઓને સુવાવડનો ૩૨ લાગવા માંડ્યો છે ! ધણી બહેનો મારી પાસે આવી ખુલ્લા દિલે સુવાવડ ન આવે એવી દવાની માગણી કરે છે ! લણેલી-સુધરેલી જ નહિ અલણુ સ્ત્રીઓ પણ આ માગણી કરે છે ! સુધારકો 'વસ્તી વધે છે તે માટે કંઈ કરવું જોઈએ' એવી વાતો કરે છે. નિખિલ ભારતવર્ષીય મહિલા પરિષદો 'સંતતિનિયમન' ના દરવાજો કરે છે. આ યાનપ્રચારના જમાનામાં કલોપકર્થ આવી વાતો કુમારિકાઓના કાન સુધી અને અલણુ સ્ત્રીઓ સુધી પહોંચે છે. આમ સુવાવડનો ૩૨ સ્ત્રીઓને સતાવી રહ્યો છે એ ચોક્કસ છે.

એક વખત એક સુશિક્ષિત બાઈ મારી સલાહ લેતા આવ્યા હતાં. તે સમયે બીજી એક બાઈને હું તપાસતો હતો. તપાસી રહ્યા બાદ મેં એ બાઈને કહ્યું : "સુવાવડનો ૩૨ ન રાખશો." પેટી સુશિક્ષિત બાઈએ સાંભળી રહી હતી. જ્યારે તેમનો તારો આવ્યો ત્યારે સૌ પ્રથમ એ બાઈએ મને પ્રશ્ન પૂછ્યો : "તમને પુરુષોને સુવાવડના ૩૨નું જ્ઞાન કેમ કરી કરાવી શકાય ?" હું શરમાયો. શો..

ઉત્તર આપવો એ સમજી શક્યો નહિ મેં ધીમેથી કહ્યું ‘ સ્ત્રીઓ પુરુષો કરતા કંઈ ધીરજથી સહન કરનાર છે સુવાવડતું કંઈ સ્ત્રીને લાગતું જ નથી આજકાલના દુષ્ટ પ્રચારની તમારા મન ઉપર અસર થઈ છે અને તમે નાહકના બાંધેના છો સુવાવડનો ડર રાખશો તો સંપત્તિનું શું થશે? ’

‘ તમને પુરુષોને ખોનતા—દલીલો કરતા સારી આવડે છે તમોએ કદીયે સ્ત્રીઓના હૃદયમાં પ્રવેશ કરી સ્ત્રીઓના પ્રશ્નોના જવાબો આપ્યા જ નથી ’ એ બાઇ ગઇ હું દનાખાતેથી વેર ગયો મને એ બાઈના શબ્દો વાન આવવા લાગ્યા સ્ત્રીઓને શું ખરેખર અસલ્ય કંઈ પાછળ કંઈ હેતુ હશે? કુદરતે આવું કેમ કર્યું હશે? કા કુદરત અન્યાયી છે કે કા અમો ચિકિત્સકો બેનફીટ છીએ કે એનું રહસ્ય સમજી શક્યા નથી સુવાવડ વખતે શું કામ કંઈ થવું જોઈએ?

એક શાસ્ત્રોદ્ય કહે છે કે ‘ પુરુષ અને સ્ત્રી-બેમાથી એક ઉપર શસ્ત્રક્રિયા કરવાનું અને કોઈ કહે તો હું જરૂર ‘ સ્ત્રી ’ ઉપર જ શસ્ત્રક્રિયા કરવાનું પસંદ કરું કારણ કે સ્ત્રી દગ્ધ ધીરજથી સહન કરે છે કવિઓ સ્ત્રીઓને મૃદુ મી, અમલા, કુસુમપેનવા-વિશેષણો લગાડે છે પરંતુ ખરી રીતે પુરુષો કરતા સ્ત્રીઓ વધુ કઠિન છે ”

અને આ વાત મને તદ્દન સાચી લાગે છે સાધારણ તાવ પુરુષને આ યો હોય છે તો તે આખું ઘર ગળવી મૂકે છે-ગાહુ કરી મૂકે છે, જ્યારે સ્ત્રીને તાવ સાથે ખીજ કેટલીયે પીડા થતી હોય છે પરંતુ તે શાંતિથી સૂઈ જ રહે છે એક પહેનવાન ભાઈને હું ઇન્જેક્શન આપતો હતો ઇન્જેક્શન નસમાં આપવાનું હતું જરાક લોહી પીચાકારીમાં મેં જોયું તે એ ભાઈએ જોયું પણ ખરું જોયું મેં ઇન્જેક્શન આપવું શરૂ કર્યું કે એ ભાઈ બેભાન બની ગયા! ધન ધન માટલી ઉપરથી નીચે મડયા! મેં સમયસૂચકતા



વાપરીને નસમાંથી સોય કાઢી લીધી હુ ગભરાયો કમ્પાક્ટ-ડરને સ્ટિમ્યુલન્ટ મિક્ચર ઝટ બનાવીને દરદીને પાઈ દેવા કહ્યું અને થોડુંક સ્મેલિંગ સોલ્ટ સુધાડવા કહ્યું થોડીવારે એ લાઈને લાન આવ્યું ત્યારે મને કહેવા લાગ્યા ' મને ઇન્જેક્શન લેતા આવું જ થાય છે હું દરદ સહન કરી શકતો જ નથી ' મેં કહ્યું ' તો પત્રી તમારે મને પ્રથમથી આ વાત કરવી હતીને ! દરદીએ લાચારી બતાવી ' મને એ કહેતા શરમ લાગી એક પહેનવાન જેવો માણસ નાનીશી સોયની અણી ચામડીમાં પેસતા આટનો ગભરાય છે ! ' મને એની વાત સાચ સાચી લાગી એના જેવો પહેનવાન જેવો માણસ ઇન્જેક્શનની સોય સહન કરી નથી શકતો એ કહેતા તેને જરૂર શરમ આવતી જ હશે ધણુ ચે હજુપુષ્ટ જણાતા માણસોને હુ આવા જ ઢીવાપોચા તરીકે જાણુ છું

પરંતુ મેં એક પણ સ્ત્રીને હજુ ઇન્જેક્શનની સોય લેતા જૂઠા પાડતી કે ગભરાતી જોઈ નથી તે શાંતિથી ચિકિત્સકની સામુ જાંઈ રહે છે ચામડી બહેર મારવાની દવા ચિકિત્સક લગાવે છે કે નહિ તેની પણ તે ખૂબપરજ કરતી નથી !

આપણે સોનો ધરનો અનુભવ પણ એમ જ કહેશે કે પુરુષો કરતા સ્ત્રીઓ ધણું કષ્ટ સહન કરી શકે છે સ્ત્રીના સ્વભાવમાં જ દુખ સહન કરવાની અદ્ભુત શક્તિ છે સામુસસરા અને નણુદ વચ્ચે આવીને તે જે રીતે સહન કરતા શીખે છે તે અદ્ભુત નથી શું ? પિતાનું ઘર છોડીને પારકે ઘેર તે જાય છે ત્યારે તેના મનમાં શું શું થતું હશે ? મને તો લાગે છે કે પ્રજાતત્ત્વની અવિચ્છિન્નતા આટલે લગવાને સ્ત્રીને સજ્જ છે એટલે કષ્ટ સહન કરવાનું બળ અને ધૈર્ય પણ તેણે તેને આપેલું જ છે સદીઓથી જે કષ્ટ સ્ત્રીઓ સહન કરતી આવી છે તેમાંથી જ સ્ત્રીનું સૌદર્ય, કામળ ભાવે ખીલ્યા છે સ્ત્રીની શૃંગાર અનુદ રાખવાનું કાર્ય સ્ત્રીઓ જ કરે

છે. પુરુષો તો કેવળ 'Necessary evil' છે એમ કહીએ તો ચાલી શકે.

'Necessary evil'—'નલાવી લેવા લાયક દુષણ'—કહેવાનો મારો આશય તમને કહ્યું. પ્રાણિશાસ્ત્ર-પ્રાયોગશાસ્ત્ર-પ્રમાણે 'નર' ખરી રીતે Race માટે-પ્રજા માટે-અદ્ય ઉપયોગી છે—'mere accessory'—છે; જ્યારે પ્રજા માટે-સંતાનો માટે-ત્તી જ સર્વસ્વ છે. પુરુષ બહાર ભટકે છે, મહેનત કરે છે, પોતાના સ્ત્રીમધ્યાંતુ ભરણપોષણ કરે છે, એટલે અંશે તેની સામાજિક ઉપયોગિતા જરૂર છે જ પરંતુ પ્રજાઉછેર માટે-પ્રજાતંત્રની અવિચ્છિન્નતા માટે-ત્તીને જ મુખ્ય ભાગ છે. અને હવે તો "Parthenogenesis" અથવા અલૈંગિક પ્રતરુત્પત્તિ-પણ શક્ય બની છે !

પરંતુ આપણે ફરીથી આ દુઃખ-pain ઉપર આવીએ. પુરુષોના નસીબમાં કષ્ટ-દુઃખસહનના પ્રસંગો નથી જ્યારે સ્ત્રીના જીવનમાં છે જ. પ્રજાતંત્ર અવિચ્છિન્ન રાખવા માટે સ્ત્રીને દુઃખ સહન કરવું પડે છે અને સુવાવડનું કષ્ટ સહન ન કરે તો સૃષ્ટિ કેમ ચાલે ? હજારો વર્ષોથી સ્ત્રીઓ કષ્ટ સહન કરતી આવી છે અને હજીયે કરશે જ. પરંતુ વધતા જતા વિજ્ઞાને તેમને હવે કષ્ટમુક્ત બનાવવા કમર કસી છે સિમ્સન નામના વિદ્વાને 'કલોરોફોર્મ' ની શોધ કરી છે ત્યારથી આનાં બીજ વવાયાં છે. અલગત, આ શોધ પછી પણ એનો ઉપયોગ ધણાં વર્ષો સુધી પ્રજાએ ન કર્યો. પાદરી ધર્મ-શુરુઓએ સિમ્સનની આ શોધ માટે બે શબ્દો રતુતિના કહ્યા, પરંતુ 'એ સિમ્સન તો પ્રજાના કરતાં વધુ ડાહ્યો છે એમ ખતાવવા પ્રયત્ન કરે છે' એ મહાપુરુષસહજ નિંદાથી તેને નવાજેલો. પરંતુ સિમ્સને તેની પસવા ન કરી. એ સ્કોટલેન્ડનો વતની હતો. પાદરીઓએ કલોરોફોર્મ-સંમોહન-ની શોધમાં ભગવાનનો અપરાધ જોયો. સ્ત્રીઓનું સુવાવડ વખતનું કષ્ટ આના પ્રયોગથી કમી યર્ધ જશે એવું તેણે જ્યારે કહેલું ત્યારે પાદરીઓ તેની પર ચીડાયેલા. "જે સુવવાડમાં

કષ્ટની જરૂર જ ન હોત તો પ્રભુએ કષ્ટ ન પડે એવું જ કહ્યું હોત. આના જવાબમાં સિમ્સને કહ્યું : “ત્યારે પ્રભુએ આદમીની પાંસળાઓમાંથી ઈવને હિતપન્ન કરેલી ત્યારે પ્રથમ તો આદમને ખૂબ ઘેનમાં—સંમોહનમાં—નાખ્યો હતો; એ જ બતાવે છે કે ભગવાને ‘સંમોહન’નો સત્કાર કરેલો છે.”

આ દલીલમાં સામર્થ્ય નથી. ખરી રીતે પ્રજા તો સ્ત્રીઓના દુઃખનો છે; આદમ-પુરુષના કષ્ટનો નથી. પરંતુ ક્લૌરોફોર્મ આખરે દુનિયામાં રહેવા સર્જાયેલું હતું એટલે વિકટોરિયા રાણીને ડ્યૂક આફ એડિનબરોના જન્મ વખતે સુવાવડમાં કષ્ટ ન જણાય માટે તે આપત્રમાં આવેલું અને ત્યારથી સુધરેલી પ્રજાઓમાં તેનો ઉપયોગ થવા લાગ્યો; સૌનું ધ્યાન પણ તે તરફ ખેંચાયું.

પરંતુ ખરી રીતે તો હમણાં હમણાં જ એનો વ્યાપક ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે. ‘Premedication’ અથવા ‘Twilight-Sleep’ નામથી હવે આ પ્રસૂતા-કષ્ટહર-ક્રિયા ભણીતી થયેલી છે. સ્ત્રી ખરી રીતે આ પ્રયોગથી પ્રગાઢ નિદ્રામાં પડતી નથી પરંતુ તે અર્ધ-સૂતીભગતી-drowsing સ્થિતિમાં પડેલી હોય છે અને થું થાય છે તેનું તેને જ્ઞાન નથી રહેતું. બાળકના જન્મ સુધી સ્ત્રી semi-conscious અર્ધભગૃત સ્થિતિમાં રહે છે. સંમોહનનાં નિયમિત ઇન્જેક્શનો આપીને આ સ્થિતિ હિતપન્ન કરવામાં આવે છે અને જો પૂરતી કાળજીથી તે આપવામાં આવે તો માતા અને બાળક બન્નેમાંથી કાર્મને પણ તેનાથી જરા જોટલું પણ તુકસાન થતું નથી. હા, એમાં ભય પણ છે જ. માટે હોશિયાર તબીબો પાસે જ ક્રિયા કરાવવી. મોટી માત્રા પડી ભય તો બાળકના જીવને જોખમકારક નીવડે છે.

પ્રસૂતાનું કષ્ટ હવે અદ્વ્યથ ઘર્ષ ગયું છે. આટલાં વર્ષોથી સ્ત્રીઓએ ધૈર્યથી કષ્ટ સહન કર્યું તેનો બદલો આ શોષે તેમને આપ્યો છે. વિગ્નાનની આ જોતેલી સિદ્ધિ નથી.

વિદ્યાને આ પ્રસવકષ્ટ નિવારવા સંમોહન તો શોધ્યું પરંતુ હજી સ્ત્રીઓને માટે સુવારોગ-*puerperal fever* નો મોટો ભય તો ઊભો જ હતો. સંમોહનની શોધો યથા પરંતુ સુવાવડ પછી ધણી સ્ત્રીઓ સુવાવડના ચેપી તાવમા મરતી હતી—રિખાતી હતી તેની શોધની પણ જરૂર હતી જ. અલ્પજ્ઞતા, જતુદ્ધ પ્રવાહીઓ, પ્રસૂતિતંત્રનો વિકાસ—આ બધાંથી સુવાવડ પછીનો આ તાવ ધણે અંશે ઓછો થઈ જ ગયો હતો. જતાં યુરોપની હોરિપટલમા ધણા વખત સુધી સુવાવડી સ્ત્રીઓનું ચોંકવનારું મરણપ્રમાણ જણાયું હતું. પ્રસૂતિગૃહોમા ‘ચેપ’ કેમ ફેલાય છે તેનું કારણ શોધવા માટે ધણા ચિકિત્સકોએ સખળ પ્રયત્નો કર્યા છે. હંગેરીના ડૉ. ઇગ્નેઝ ફિલિપ સેમેનેલ્વિસ (Ignaz Philipp Semmelweis ૧૮૧૮-૧૮૬૫) વિયેનાના પ્રસૂતિગૃહમા ચિકિત્સક હતો. વિદ્યાર્થીઓ અહીં શીખવા માટે આવતા. શત્રુછેદનગૃહમાંથી પાધરા જ તેઓ પ્રસૂતિગૃહમાં ક્યાસીઝ માટે આવતા, કોઈ હાથ ધોતું નહિ. સેમેનેલ્વિસનો પોતાનો મિત્ર આ બેદરકારીથી ધાઝેરી થયો—*blood-poisoning* થી મરી ગયો. સેમેનેલ્વિસે બધાને Chlorinated Lime water—ચૂના અને મીઠાના પ્રવાહીથી હાથ ધોઈને જ પ્રસૂતિગૃહમાં આવવાને હુકમ કર્યો. આ સાદી દરકારથી બીજો વર્ષે પ્રસૂતિગૃહમાં મરણપ્રમાણ ધણું ઘટી ગયું. અત્યાર સુધી પોતાના જ અગ્નિથી કેટલીક સ્ત્રીઓ મરણપ્રમાણ થઈ હશે તેના તે ચિકિત્સકે જાતે જ ખેદ પ્રદર્શિત કર્યો. કારણ કે પોતે પણ ચેપી હાથો વડે જ પ્રસવ કરાવતો હતો. પરંતુ વિયેનાના અને અન્ય રથલોના તેના સમકાલીન ચિકિત્સકોએ સેમેનેલ્વિસની આ વાતને હસી કાઢી અને વધારામાં સેમેનેલ્વિસને ઊંટવેણ તરીકે જાહેર કર્યો. દરમિયાન આ પંડિતોના ધમંડમાં હજારો સ્ત્રીઓ મર્યા જતી હતી. ઓરિટ્ટ્યાના રાજનગરમાંથી આ તેજસ્વી હંગેરિયનને દોરની માફક હાંફી કાઢવામાં આવેલો. જેના ઉપર માનનો વરસાદ વરસવો જોઈતો હતો તેની

કેપર, સાધારણ માણસોએ નહિ પણ વિદ્વાન ગણાતા ચિકિત્સકોએ જ જુલમ કરવામા પાત્રી પાની ન કરી તેને cramping-ગુનેગાર પરીકે જાહેર કરવામા આવ્યો. ઈંગ્લીની આગ શુ નથી કરતી? ૧૮૬૧મા પોતાના વતન જુડાપેગ્ટમા તે રહેના ગયો અને ત્યા રહી આ મહાન વીરે 'સુનિકાન્વર' ઉપર પ્રથમ પુસ્તક પ્રગટ કર્યું પરંતુ જે અવમાનના અને જુલમો એની ઉપર ગુજરેલા તેથી તેનું પ્રગટ ખસી ગયું-તે ગાડો થઈ ગયો, તેને ગાડાની હોશિયટલમા મોકલવામા આવ્યો. ત્યાથી સારો થઈ એ ઘર આવ્યો વગી પાછો તે પોતાના પ્રિય કાર્યમા રચ્યોપચ્યો રહેવા લાગ્યો છેવટે જે શોધથી તેણે અનેક પ્રસૂતાઓના જીવ બચાવ્યા હતા, જે Blood-poisoning થી પ્રસૂતાઓને બચાવી હતી, તે જ ન્યાધિનો એ પોતે મોગ બન્યો અને પચત્ત પામ્યો. પ્રસવ વખતે વ્રણ પડે છે અને પિત હાથોના સ્પર્શથી એ વ્રણ દૂષિત થાય છે અને પરિણામે ક્તવિષ-જ્વડ પોઈઝનિંગ-થી સ્ત્રીઓ મરે છે એ શોધ સેમેનેલ્લિસની હતી પરંતુ આ ચેપ લાગવાનું ખરું કારણ શુ તે શોધવાનું માન ડુર્લ પેચ્ચોર (૧૮૨૨-૧૮૬૭) ને ગયું રોબર્ટ કોચને લાગે પણ મધુ માન, આ ગોધનું જાય છે જ પેચ્ચોર ડોક્ટર ન હતો, તે મિસ્ટ હતો દાઝ અને બીયરમા ઉત્સેચન ક્રિયા-fermentation-નેઈને એણે જીવુઓની શોધ કરી દૂધનું દહીં જીવુઓથી જ લાય છે એમ એણે જાહેર કર્યું આ જીવુઓ વાતાવરણમા મોટી રખામા રહેના હોય છે એમ એણે જાહેર કર્યું. આ બધા જીવુઓ રોગોત્પાદક નથી હોતા, કેટલાક જ હોય છે એમ એણે યોગેથી જાણ્યું પેચ્ચોરની આ ગોધથી 'ચેપ' શુ છે, શાથી લાય છે એનું સાચું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું આ શોધને પરિણામે શસ્ત્ર ક્રેયામા ધણી સફળતાઓ મળના લાગી પ્રસૂતિત્ર-(midwifery) ૧૧ વિકાસ પણ થયો

જરાક વિષયાન્તર થયું વાયકોની ક્ષમા આદું ધુ. પ્રસૂતા-જ્વર

Puerperal fever-Haemolytic streptococcus નામનાં જીવાણુઓથી—જે જીવાણુઓ રક્તમાં રહેલાં રક્તકણો—ગ્લોબ્યુલો—સદસ—નો નાશ કરી નાખે છે—યાય છે એ હવે પુરવાર થઈ ચૂક્યું છે, અને ખૂબીની વાત તો એ છે કે આ સુવાવડીનો એરી તાવ હોરિપટલોમા સુવાવડો કરાવે છે તે સ્ત્રીઓને જ, મોટે ભાગે, લાગુ પડે છે. હોરિપટલોમા-પ્રસૂતિગૃહોમા—સ્વચ્છતા, જંતુરહિતતા માટે પુષ્કળ કાળજી રાખવામા આવે છે છતાં, આ એરી તાવ પ્રસૂતિ-ગૃહોમા પ્રસવ કરાવનારી બાઈઓને જ વિશેષ લાગુ પડે છે. ઘર આગળ સુવાવડ સુનાર સ્ત્રીઓને આ તાવ લાગુ પડે છે પરંતુ સરખામણીમા પ્રસૂતિગૃહો કરતાં ઘણા ઓછા. પ્રસંગોપાત હું અત્રે જણાવી દઉં છું કે જે ઘરમાં પૂરતી જગા હોય તો સુવાવડો ઘેર જ થાય એ હજી છે એમ હું માનતો થયો છું. ચેપનો ભય પ્રસૂતિ-ગૃહો કરતાં ઘરમાં ઘણો ઓછો છે કાર્ક કહેશે કે ક્યાં હોરિપટલની સ્વચ્છતા અને ક્યાં ગૃહની સ્વચ્છતા ! હવે તો નસીં પણ સૂતિકા-શાસ્ત્રમાં કેળવાયેલી ત્યાં કામ કરે છે, સ્વચ્છતા અને જંતુરહિતતા માટે પૂરેપૂરી કાળજી રાખવામા આવે છે. હા, આ બધું ખરું : છતાંય વિચિત્ર રીતે આ ચેપનાં ખીજ ત્યાં જ રહેલાં છે એ વાત એટલી જ સાચી છે—નસીંના ગળામાં, ટોન્સીલોમાં આ જંતુઓ વસેલાં માલમ પડ્યાં છે—પડે છે !

નસીં પ્રસવ કરાવતી વખતે જંતુન-sterile-થયેલાં વસ્ત્રો પહેરે છે. ગળામાં અને ટોન્સીલોમાં આ જંતુઓ ભરાઈ રહ્યાં હોય છે એ જ્ઞાન પછી તો પ્રસવ પહેલાં નસીં પોતાનું ગળું જંતુન પ્રવાહીના કોગળાથી બરાબર સાફ કરે છે અને મોઢે મુગતી-masks પહેરે છે. ચેપ સામે પૂરેપૂરી બની શકે એ બધી કાળજી રાખવામાં આવે છે. ચિકિત્સકો અને સેવિકાઓ સફેદ—બગલાની પાંખ જેવાં સફેદ—દોયેલાં વસ્ત્રો પહેરીને પ્રસૂતિગૃહોમાં ફરે છે. છતાંય કેસો થાય છે જ !! મરણપ્રમાણ ૨૦—૨૫ ટકા જેટલું જણાય છે.

પરંતુ હવે એક એવી દનાની ગોધ થઈ છે જેના પ્રતાપે આ દારુણ ઝેરી તાવ જલદીથી વશમાં આવી જાય છે અને મરણપ્રમાણુ ૫૫ ટકાથી ૩ થી ૪ ટકા જેટલું આવી ગયું છે આ યુરોપની વાત છે અહીં આ પણ આ દવા વપરાવા લાગી છે જમાનાની બક્ષિહારી છે કે ઔષધો પણ હવે આંતરરાષ્ટ્રીય બન્યા છે. જર્મનીમાં એક કિંમતી શોધ થઈ એનો આખા જગતને લાલ મળ્યો! આ દનાનું નામ 'ટ્રેન્ટોસિલ' આને માટે જર્મન ગોધકોને "નોબલ પ્રાઈઝ" મળ્યું આ દવાના અનેક પ્રયોગો હિદરો ઉપર થયા અને હવે તો આખા વિશ્વમાં દરેક ઝેરી તાવમાં—streptococcus infection માં—આનો સફળતાથી ઉપયોગ થઈ રહ્યો છે આ દવા અમૂક ૨ ગોમાંથી શોધાઈ છે આ ચાનું મુદ્દમાં ધણાના વાચનામાં આનું દર્શો કે દરેક અમેરિકન સોલ્જરને આ દવા (મૂળ દવા ટ્રેન્ટોસિલ એ પછી ધણી કંપનીઓએ નોખા નોખા નામોથી આ દવા વેચવા માંડી છે 'સલ્ફેનિમિડ' એ જાણીતું નામ છે સલ્ફેનિમાઇડ હમણા જર્મની સિવાય સર્વત્ર વપરાય છે ) ચૂર્ણ અને ગોળાઓ—બન્ને રૂપમાં આપનામાં આવે છે ધા થયો હોય તો તુરત જ તે ધા ઉપર આ દનાનો બૂકો છાટી ને પાટો દેવામાં આવે છે અને ગોળાઓ ગળવામાં આવે છે. સૂતિકા—જવર ઉપર આ દનાનો દ્રઢથી ઉપયોગ થાય છે અને મરણપ્રમાણુ આ ઝેરી તાવથી ધણું જ અટકી ગયું છે એમ એકીમતે પુરવાર થયું છે \*

આયુર્વેદનો પાસે ધણી દવાઓ છે પરંતુ ટ્રેન્ટોસિલ વા સલ્ફેનિમાઇડ જેવી અચૂક અસર ઉપજતી રહે એવી દવાઓ પ્રજા પામે મુકાય નહિ ત્યાં સુધી પ્રજાને એ દવાઓમાં કેમ વિશ્વાસ આવે ?

આમ, સુવાવડનો ભય—સુમારોગનો ભય—નિવારે ઘણું અશે ફર કરી નાખ્યો છે જ તુલીનતા સ્વચ્છતા, આહાર—આ બધા

\* હવે તો આથીએ વધુ અસરકારક દવાઓ શોધાઈ છે

ઉપર અવનવો પ્રકાશ પડ્યો છે અને આપણે આશા રાખીશું લવિધ્યમાં એક પછી બાકી સુવાવડમાં કે તે પછીના કેાઇ ઉપદ્રવ નહિ જ મરે.

હવે કટ્ટહર પ્રસૂતિ માટે " Caudal analgesia " (કોડ એનેસ્થેસિયા) ની શોધ થઈ છે. કરોડરજ્જૂના અંતભાગમાંથી ગર્ભાશય તરફ જનાર નાડીઓ આવેલી છે. શસ્ત્રવૈદ્યોએ આ નાડીઓને સરસ પરિચય કર્યો. ગર્ભાશયમાંથી મગજ તરફ જનાર યાનતંતુઓ વા નાડીઓમાં, કોકેનમાંથી બનાવવામાં આવેલી met-ycaïne (મેટિકેન) નામની દવાનાં ઇન્જેક્શન આપવાથી પ્રસવ વખતે મુદ્દય કટ્ટ જણાતું નથી. પરંતુ ઇન્જેક્શનની સોય આ જ નાડીઓમાં જ જવી જોઈએ. કરોડરજ્જૂના પ્રવાહીમાં—Spinal fluid માં કે રક્તમાં દવા ન જવી જોઈએ અને રક્ત એ નસોમાં જ દવા જવી જોઈએ. કુશળ શસ્ત્રવૈદ્ય આ પ્રમાણે કરે છે. પ્રથમ ઇન્જેક્શન લીધા પછી બાઈ જાહેર કરે છે કે હવે દરદ નથી જણાતું. જરૂર જણાય તો પ્રસવ સુધી આવા ઇન્જેક્શનો ફરીથી આપવામાં આવે છે અને આ બધો વખત ચિકિત્સકે દરદીની બરાબર સંભાળ રાખે છે. ગર્ભાશયનું આકુચન બરાબર થાય છે કે નહિ તે એ તપાસતો રહે છે. આ ક્યાકોશલ્યની અવધિ છે. સ્ત્રી જમવા બેડી હોય છે અને પ્રસવ માટેની લાગણી થતાં બેડે છે. અર્ધા કલાકમાં પ્રસવ કરાવીને હસતી હસતી આવી, ખોરાક પૂરો કરે છે !

શસ્ત્રક્રિયાનો અપૂર્વ વિકાસ માનવજાતિ આનાં દુઃખ હરવાને કરશે કે ખીજાં અનિષ્ટો પછુ જન્માવશે એ તો લવિધ્ય કહેશે. આજે તો "ટૂવાઇલાઇટ રલીફ" ની બોલબાલા છે. આ પ્રમાણે પ્રમથ થયેલાં બચ્ચાંના માનસ ઉપર કંઈ અસર થાય છે કે નહિ એ તપાસવાનો પ્રયોગ પણ કેટલાકે કર્યો છે; પરંતુ ઢોલના અવાજમાં એવી પીપડીઓ હમણાં નહિ મંભળાય; લવિધ્ય જણાવશે.



સં. ૨૦૦૧ ચૈત્રના 'પ્રસ્થાન'માં "સુવાવડનો ડર" નામનો  
 મારો લેખ પ્રસિદ્ધ થયો. વૈશાખ અંકમાં શ્રી. સરોજિનીબહેને તે  
 વેળે ઉઠાપોઠ કર્યો એમનો આ લેખ અને મારો લેખ—અને  
 મેં ધણાં ગુજરાતી માસિકોમાં અને સાપ્તાહિકોમાં ઉતારવામાં  
 આવ્યા. પરિણામે આ વિષયને ખૂબ પ્રસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ-મારી  
 પર પણ કેટલાક પત્રો આવ્યા. કેટલાકને લાગ્યું કે હું 'ટવાઈલાઈટ  
 સ્લીપ'ની લક્ષમણ કરું છું. કેટલાકને લાગ્યું કે એક વેદ થઈને  
 'આયુર્વેદ'ની દવાઓને અન્યાય કર્યો છે. કેટલાકને લાગ્યું કે મેં  
 માજની સુવાગી આમડીની સ્ત્રીઓને આ લેખમાં દીકરીક પંપાળી  
 કે, આવા વિધવિધ જાતના પત્રોના પાત્રુતરો અપાય જ નહિ.  
 તો, એક વાત સ્પષ્ટ કરી દેવા માગું છું કે આ લેખ જ્યારે હું  
 ૬૪૨ની અગવળ પ્રસંગે નાસિક જેલમાં હતો, ત્યાં કેટલાંક સુંદર  
 પુસ્તકો મારા વાંચવામાં આવ્યાં ત્યારે, લખવા ખાતર લખી નાખ્યો  
 તો, બહાર આવ્યા પછી તો લાઈ મિત્રોની લેખોની માગણી શરૂ  
 થઈ જ ગઈ એટલે જેટલા લેખો લખેલા તે એક પછી એક તેમને  
 પ્રકાશીત આવ્યા. એમાં આ "સુવાવડનો ડર" પણ પ્રસિદ્ધ થયો.  
 મેં સુંદર અંગ્રેજી પુસ્તક વાંચતાં હું એની લખવાની શૈલી ઉપર  
 ઘણું ધ્યાન આપ્યું અને મને પણ એ રીતે લખવાનું મન થયું. લખી  
 નાખ્યું. એ લખતે આ લેખો લખવાનો કાર્ષ્ણિક 'હેતુ' મારી સામે  
 તો જ નહિ. આજ પણ નથી જ. માહિતી આપતા આવા લેખોમાં  
 તો તરફ ધ્યાન નથી હોતું એટલે મેં 'ટવાઈલાઈટ સ્લીપ'ની  
 લક્ષમણ કરી છે અથવા કરવા ખાતર જ આ લેખ લખ્યો છે એમ  
 માનવાની ભૂલ ધણાંએ કરી છે તે યથાર્થ નથી જ. ખરી રીતે એ  
 પિતા અંતે જે બેત્રણ વાક્યો મેં લખ્યાં છે તે જે વાંચકોએ  
 પાનથી વાંચ્યાં હોત તો હું આ 'ટવાઈલાઈટ સ્લીપ'નાં દુષ્પરિણા-  
 મથી વારંવાર છું એમ તુરત જ સમજાઈ જાત. આજે ફરીથી  
 હું છું કે આ 'ટવાઈલાઈટ સ્લીપ'ની તરફેણમાં હું નથી જ.

મૃતવાડનું કષ્ટ ન હોત તો બાળક તરફનો માતાનો પ્રેમ જ ન હોત. Pain and Love always go together. હવેનોક એલિસે એમના સેક્સ સાઇકોલોજિસ્ટિયામા Love and Pain-પ્રેમ અને દુઃખ-ઉપર ખૂબ લંબાણથી લખ્યું છે. પરંતુ એ વિષય જુદો છે ત્યારે મૃતવાડના કષ્ટનું દુઃખ-એ વિષય જુદો છે. પરંતુ માતૃપ્રેમ સાથે આ મૃતવાડના કષ્ટને ગાઢ સંબંધ છે એટલું તો તદ્દન ચોક્કસ જ છે. 'મિસ્ટરી આફ પેર્ન' નામના પુસ્તકનો લેખક હિન્ટન એક ઉત્તમ શસ્ત્રક્રિયાનિપુણત અને સાથે અત્યંત ધર્મપરાયણ માણસ હતો. તે કહે છે દુઃખમા કંઈ 'Spiritual significance'-આધ્યાત્મિક રહસ્ય-છે. સગર્ભાવસ્થામા અને પ્રસવકાલ સમયે સ્ત્રીને જે કષ્ટ પડે છે તે કષ્ટનું સ્ત્રીજીવનમાં અતિ અગત્યનું સ્થાન છે એમ એ વિદ્વાન માને છે. ભાવિ બાળકના પ્રેમતંતુ સાથે માતાના આ દુઃખતંતુને નિકટનો સંબંધ છે એમ એ માને છે. આ પ્રસવકાલીન દુઃખ કુદરતે ન શૂંક્યું હોત તો બાળક પ્રત્યેના માતાના પ્રબળ પ્રેમનું દર્શન જ આપણને ન યાત. હિન્ટનના આ વિચારોનું 'ધી સોલ્ડ એન્ડ ધી વ્હાઇટ આન્ટ' નામના પુસ્તકના લેખકે સમર્થન કરેલું છે. એણે દક્ષિણ આફ્રિકાની છ ખતકો લીધી અને જ્યેને પ્રસવ વખતે વેદનાહર ઔષધ (એનેસ્થેસિયા) આપીને પ્રસવ કરાવ્યો હતો. ખતકોને સુખેથી પ્રસવ તો થયો જ પરંતુ પરિણામ એ આન્યું કે આ છમાંથી કોઈ પણ ખતકે પોતાના બચ્ચાને ધવડાવ્યું જ નહિ ! બચ્ચાં મરી ગયાં. આ સિવાય બીજા પણ પ્રયોગો, પ્રસવ પછી માતાને બેસાન કરી નાખવાના (પોતાનાં બચ્ચાંને જુએ તે પહેલાં જ) કરી બેસા. ભાન આવતાં વેંત જ ખતકોએ પોતાનાં બચ્ચાંને ધવડાવ્યાં x આ પ્રયોગો ઉપરથી આ લેખકે પુરવાર કર્યું કે પ્રસવ-

xઆપણી ખતકો તો હડાં મૂકે ■ અને મરણીનાં હડાં માફક જ તે સેવા છે અને તેમણી બચ્ચાં નીકળે છે. આફ્રિકાની આ ખતકોને બચ્ચાં ઘડાં હરે એમ લાગે છે. મારી પાસે આજે મૂળ અંગ્રેજી ગ્રન્થ નથી એટલે ચોક્કસાઈ

કાલીન તેમ જ સગર્ભાવસ્થા દરમિયાનના દુઃખ વિના માતાનો બાળક તરફનો પ્રેમ વૃદ્ધિગત થતો જ નથી. બતકો ઉપરના આવા જુજ પ્રયોગો મનુષ્યજીવન ઉપર કેટલે અશે લાગુ પાડી શકાય એ સશયકરી વાત છે. પરંતુ આજના શાસ્ત્રીય કહેનાતા અનેક અખત-રાઓ પશુઓ ઉપર જ અજમાવી જોઈને આપણા ઉપર કયા લાદવામા નથી આવતા? તો પછી આ પ્રયોગો માનવજીવન માટે પણ સાચા શુ કામ ન માનવા? વિદ્યાન દુઃખનિવારણ કરવા મથે છે પરંતુ એનું પરિણામ અતર-શરીરમા શુ થાય છે (આધુનિક ચિકિત્સા-વિદ્યાન અંતર-શરીરની ઉપાધિમા પડતું જ નથી એને મન હાડ-માસનુ શરીર જ બમ છે!) તે જોવાના ચક્ષુઓ વિદ્યાન પાસે છે ખરા? દુઃખ થાય છે: મોર્ચિયાના ઇન્જેક્શનથી તે તુરત જ દુર થઈ જાય છે પરંતુ આ દુઃખનો ધનાજ (cure) કહેવાય? આવા ઇલાજો તો જીનટા અતર-શરીર (રચુન શરીરના પ્રત્યેક ભાગ માથે સૂક્ષ્મ શરીરના ભાગનો સબધ છે નાલિ આગળ રહેવા મ્યુન પ્રાણુનો સૂક્ષ્મ પ્રાણુ સાથે સબધ છે ભુદ્ધિ અને ચિત્તનો સબધ સૂક્ષ્મ શરીર સાથે છે જ એમ યોગીઓ માને છે) ઉપર પારાવાર નુકસાન પહોંચાડે છે દુઃખનું પ્રયોજન ત્યાં સુધી અતર-ચક્ષુઓથી સમજી ન શકાય ત્યાં સુધી આવા પ્રપત્નોની સાગીનરમી અમરો માપવાનું એકમ આપણને પ્રાપ્ત થવાનું જ નથી આધુનિક વિદ્યાન પૂઝાન-દુઃખ-ઉપર ભયે જીત મેળવે અને કુલાય. વિદ્યાનથી મનથી પરની વસ્તુઓ ઓછી જ મપાવાની છે? એ માટે તો મનની પેની પાર જવું જોઈશે

હવે થોડુંક 'ઉપરાજાપરી સુવાવડો' વિષે. આની નિશ્ચિત સંખ્યા બાધી શકાય જ નહિ પણ ૧૦ વર્ષથી તે ૪૦ વર્ષ સુધીનો ગાળો એ ગર્ભાધાન માટેનો હિતમ કાળ (Child-bearing

કહી શકતો નથી કે અશ્રેણમાં સો ૧૫૬ છે પરંતુ પ્રાણિશાસ્ત્ર મારુ અજ્ઞાન મારા વક્તવ્યમાં વિગ્રમ કરે એવું તો નથી જ.

period) છે એમા તો કાર્બને વિરોધ ન જ હોઈ શકે આ વીસ વર્ષના ગાળામા જ સતાનોત્પત્તિ માટે અનકાશ છે અવખત, ૪૦ વર્ષ પછી પણ સુનાવડો આવે છે જ પરંતુ એ અપવાદરૂપ જ ગણાય એવી હવે આ ૨૦ વર્ષના ગાળામા જ નેમ યુનાન અવસ્થામા સુનાવડો આવે તેમ તે સારી—શરીરને જરા પણ નુકસાન કરનાર નહિ—એવી ગણાય છે નેમ મોટી ઉંમરે સુનાવડો આવે તેમ શરીર ઉપર તેની અસર વધુ ગાઢ થાય છે, કવચિત શરીરને ધાત પણ થાય છે ૧૮ થી ૨૦ વર્ષની વયથી તે ૩૦મા વર્ષ સુધીના ગાળામા સુનાવડો તદ્દન નિર્ભય મનાય છે જ્યારે ૩૦ પછીની અવસ્થામા સુનાવડો આવે છે તેમા માતા અને બાળક બન્નેના સ્વાસ્થ્યને માટે risk—જોખમ વધારે એમ વિદ્વાનો માને છે

ઉપરાજાપરી સુનાવડો એટલે દર વર્ષે, સના વર્ષે સુનાવડો આવવી. આનાથી શરીર ધસાઈ જાય છે એમ ધણા માને છે ૧૯૨૫મા વૂડ્ગરીએ કહ્યું હતું કે “એ વર્ષના ગાળા પહેલાં જે બચ્ચા જન્મે છે તેમને જીવવાનો અનકાશ અત્યંત રહે છે” વૂડ્ગરીનું આ મતવ્ય ધણા વર્ષો સુધી પ્રત્યેક ચિકિત્સકને કંઠે રહ્યું હતું અને બધા જ એમ માનતા હતા કે ઉપરાજાપરી—વર્ષે સના વર્ષે સુનાવડોથી માતાનું શરીર ધસાઈ જાય છે અને બાળકોનું મરણપ્રમાણ પણ વધે છે પરંતુ ૧૯૪૪મા ઇસ્ટમેનના નિરીક્ષણોએ

- ૧ Causal Factors in Infant Mortality—A statistical study based on investigation in eight cities Publication, 142—Department of Labour Children's Bureau 192૦
- ૨ N J Eastman The Effect of the Interval Between births on Maternal and Foetal Outlook—American Journal of Obst. & Gynaeco—47 445 1911,

આ મતબ્બને ખોટું પાડ્યું છે ઇસ્ટમેનના નીચેના વિધાનો અરેખર ચોકાવનારા છે —

(૧) સુવાવડ પછી વર્ષ દોઢ વર્ષે જન્મેના બાળકો, ૨-૩ વર્ષના ગાળા પછી જન્મેલા બચ્ચા સાથે સરખાવતા બન્નેના મરણ પ્રમાણમાં લગભરેય ફેર પડતો નથી

(૨) જિનડુ, બે સુવાવડો વચ્ચે જેમ સમય લાખો તેમ સગ લીવરથાના Hypertensive toxæmia માટે ડર વિશેષ ૧૦ થી ૨૪ મહિના પછી આવતી સુવાવડોમાં આ ડર ઓછો રહે છે ન્યારે બેત્રણ વર્ષના ગાળા પછી આવતી સુવાવડોમાં આ ડર વિશેષ રહે છે ૪ વર્ષના ગાળા પછી તો આ ડર ખૂબ જ વધી જાય છે

(૩) ૧૦ થી ૨૪ મહિનામાં સુવાવડ આવવાથી બાળકોનો અકાલ પ્રસવ થાય છે, પાનુરોગ, પ્રસવોત્તર લોહીવા, સુવારોગ વગેરે રોગોનો સંભવ વિશેષ રહે છે, ન્યારે ૩-૪ વર્ષના ગાળા બાદ આવતી સુવાવડોમાં આ રોગોનો સંભવ ઓછો રહે છે—આ વાત તદ્દન ખોટી છે ૧૨ થી ૨૪ મહિનાના અંતરે આવેલી સુવાવડોમાં જન્મેલા બચ્ચા બધી વાતે તદ્દુરસ્ત હોય છે, માતાને ધાવણું પણ સારું આવે છે, માતાના શરીરને પણ ખાસ ઘસારો જણાતો નથી લાખે ગાળે સુવાવડ આવીને જે બાળકો જન્મે છે તે જોટના પોષાયેના હોય છે તેટલા જ ઉપરાઉપરી સુવાવડોવાળા માતાનો પણ પોષાયેલા હોય છે અંતરને લઈને બાળકના શરીર ઉપર કંઈ પણ ફેર જણાતો નથી

ઉપરોક્ત વાતો એટલી તો ચોકાવનારી છે કે ઘડીભર તો ઘણા એને માનવાની જ ના પાડશે પરંતુ આ વિધાનો ૩૩૦૦૦ સુવાવડોના નિરીક્ષણ પછીથી કરવામાં આવ્યા છે એ ન્યારે સૌ કોઈ જાણશે ત્યારે તેમને ખાતરી થશે અને અચ્ચમો પણ થશે આ આકડાઓ તદ્દન વિશ્વસનીય છે

૧૯૪૪ના ઓગસ્ટ તા. ૧૯ના જર્નલ ઓફ અમેરિકન મેડિકલ એસોસિયેશન ' ( વો, ૧૨૫, નં. ૧૬ )ના શિક્ષણ અંકમાં " The Abuse of Rest in Obstetrics " by Nickolson J Eastman M. D. Baltimore-ના લેખમાથી મેં ઉપરોક્ત વિધાનો ટાકેલાં છે. આ જળ્યા પછીથી ઉપરાષ્ટ્રપરી સુવાવડોથી શરીર કંતાઈ જાય છે, બાળકો નિર્માલ્ય અવતરે છે વગેરે વિધાનો કરવામાં આવે છે તેની પાછળ શાસ્ત્રીય ટેકા નથી એ સમજાશે. અને આ વિજ્ઞાનના જમાનામાં આ વૈજ્ઞાનિક વાતને જૂડી માનવાની કોણુ હિંમત કરશે ?

બાકી સારાં ધરોમાંય રોગો તો આવવાના જ, મરણો પણ થવાનાં, તેમ ગરીબ ધરોમાં પણ કેટલાક ચોંકાવનારા દાખલાઓ પણ આપણને મળવાના જ. આ બધા અપવાદો લક્ષમાં લેવાવા જોઈએ, પરંતુ તેથી કંઈ સામાન્ય નિયમ કે નિષ્ક્રિય ન બાંધવો જોઈએ. લાવિ પ્રજાને લયગ્રસ્ત બનાવનારાં વિધાનો કરતાં વિચાર કરવાની ઘણી જ જરૂર મને તો લાગે છે. બાકી એક વખત લયગ્રસ્તિઓ જન્માવ્યા પછી તેમાંથી લાવિ પ્રજાને છોડાવવી એ કાર્ય મુશ્કેલ બનવાનું છે જ.

આધુનિક યુગને એ ક્ષેત્રની મુદ્દત ગમ જ નથી, અને નથી એનું એને દુઃખ પણ. પશ્ચિમનાં ચર્કમાંથી જ જોવામાં આવતું હોય, એનેટામી અને ફિઝિયોલોજીમાં જ જીવન બધું જાણે કેમ ન સમાઈ જતું હોય તેમ, એની ઉપર હદ ઉપરનો ભાર દેવાય છે. અને પ્રત્યક્ષે પ્રમાણુ માનનાર વૈજ્ઞાનિકો આ પરાક્ષ વાતોની ઠેકડી કરવામાં પોતાનો વિજ્ય જાણે ઘોષિત કરી રહ્યા હોય એમ જાણાય છે. અરતુ.

' ટવાઈલાઈટ સ્લીપ ' એ દુઃખ જીવવવાનો પ્રયાસ છે. પરંતુ એથી ઉદરચ શિશુ ઉપર અને માતાના માનસ ઉપર અમુક અસરો

યાય છે. અમેરિકન મેડિકલ એસોસિયેશનની એક બેઠકમાં આ ધ્યાનને વખોડી કાઢવામાં આવેલ છે. ડૉ. રુડોલ્ફ હોમ્સ જોમણે. ૨૫ વર્ષ પહેલાં આ ઉપચાર અમેરિકામાં દાખલ કરેલો તેમણે. જણાવેલું કે “મેં એક ગંભીર જૂલ કરી છે. હું શું કરતો હતો તે હું પૂરું સમજી શક્યો ન હતો. માનવમાતાને કંઈ પણ જાન વગરની એક જડ વસ્તુ સમાન બનતી આપણે અટકાવવી જોઈએ.” ગરટપુડ નેક્સને જણાવ્યું હતું કે “પ્રસવ વખતે આ દવા આપવાનો પ્રચાર વધવાથી જ અમેરિકામાં પ્રસૂતા સ્ત્રીઓનું મરણપ્રમાણ આટલું વધવા પામ્યું છે.” મારા મત પ્રમાણે બુદ્ધિમાન કે બુદ્ધિહીન, નવ-મતવાદી કે જીનવાણી વિચારવાળા કોઈ પણ સ્ત્રી એમ ધમ્મકતી નથી કે સંતાનજન્મના પ્રસંગની યાદ પણ તેના મગજમાંથી જૂંસાઈ જાય. પોતાના સંતાનને ધળ ધાય તેના ભોગે તો કોઈ પણ સ્ત્રી પ્રસૂતિની વેદનામાંથી બચવાને ધમ્મકશે નહિ.”<sup>૧</sup> આધુનિક સાયન્સને purpose અને meaning જેવું કંઈ છે જ નહિ. એ પરિશ્રમ ખાતર પરિશ્રમ કરે છે અને સ્થૂલ અશુભોથી મપાય તેટલું માપીને નવીન શોધો તરીકે પ્રસિદ્ધિ પામે છે.—સાયન્સનો ઉત્ક્રાન્તિવાદ, માનસશાસ્ત્ર અને ઇન્દ્રિયાવિજ્ઞાનશાસ્ત્ર—આ ત્રણની મદદથી જીવન સમજવાના પ્રયત્નો થઈ રહ્યા છે—જ્યાં જ mechanic—જડ થઈ જતાં જેવાં છે. જીવન સમજવા માટે જીવન્ત ગુરુઓ કે જીવતી વિદ્યાઓ જોઈએ.

આટલું ‘ટવાઈલાઈટ સ્લીપ’ વિષે બસ થશે. વિજ્ઞાનની સિદ્ધિઓ ખૂબ છે અને તે બધી વિવિધ પ્રયત્નોથી કેની રીતે સધાઈ છે એ જતાવવાનો પ્રયત્ન મારા લેખોમાં, હું કરું છું એ ઉપરથી વાચકોના ચિત્ત ઉપર એવી છાપ પડે કે ‘હું’ તેનો પક્ષપાતી છું’ તો તે માટે હું લાચાર છું. આટલું તો પ્રસંગોપાત. બાકી “દુઃખ વિવેક” ઉપર હું લખવાનો છું તે વાંચકો જરૂર વાંચે એમ હું ધમ્મકું છું.

## ૪૦ : દુઃખવિવેક

જે દુખે સુખ થાય જનને તે કે છે દુખ દયા કરી  
જેહ સુખે દુખ ઉપજે તે આપિ નહીં ઠા દી કરિ,  
જેમ અનેક વિધિની ઔષધિ હોય અતિ કઠણી કસાયલી  
હારિ દિયે હરિને રાજવા ન્યાધિ જાહર માહેલી  
કુપય વસ્તુ કદી નહિ દિયે ખાવા તે ખોટે મિસે કરી  
નિષ્કુલાનદ એમ નિજ જનની સાહે કરે ॥ શ્રીહરિ

( ધીરભજમાન પૂહતકાન્યદોહન અથ ૨ વૃણુ ૧, કડી ૩ )

Then welcome each rebuff  
That turns earth's smoothness rough,  
Each sting that bids nor sit nor stand but go !  
Be our joys Three-parts pain !  
Strive and hold cheap the strain  
Learn, nor account the pang,  
Dare never grudge the three

Robert Browning

*A deep distress has humanized my soul*

Wordsworth

વિશ્વમા ન્યાપી રહ્યું  
દુખ તો ભરપૂર છે  
મનુજ બન્ધુ તારા દુખે  
સમદુખ આ મુજ હૈર છે ૩/૩૨  
દુખ-અગ્નિ તારા કુણે  
આત્મ ઉજ્જવણના વધે,  
કઠણ તે ઠામળ બને  
ને હૈર વિરાગ વર્ષ રહે

જીવને સુખ કુખના  
રમ વિધવિધ મૂલિયા,  
નિશ્ચય મૂકે વહે જ્યા  
સદાઈ એ સર્વે રક્ષા ૩/૧૧  
સર્વે રથજમા ન્યાપિયુ  
નિશ્ચયનુ સગીત એ  
મૂળ સ્વર એ ગીતનો  
ધૃતિ નિયતાની ખરે ૩/૧૨

( ૨૧ નવસિદ્ધરાવ કૃત 'સ્મરણસહિતા' )



દુઃખ ત્યમ ત્યમ દિસે જીવનમાં વાપડું  
જીવન ત્યમ ત્યમ દિસે અધિક મોંધું;  
જીવન આરવાદ પણ હોય બહુ બીડરો  
જીવનનું મૂલ્ય ત્યાં હોય સોંધું;  
જગતમાં જીવન જે મધુરમાં મધુર છે  
તે અધિક દુઃખમાં રહે દગાવું,  
મિષ્ટમાં મિષ્ટ રૂબ રૂસ પર હોય તે  
છોટ ને પક્ષીનો ભક્ષ પણ.

(ખખરદાર)

જગતમાં પ્રત્યેક મનુષ્ય સુખ પ્રાપ્ત કરવા અનેક પ્રકારના અયતનો કરે છે. દુઃખ ઠોઠજ ધમ્મજીવનું નથી.<sup>૧</sup> પરંતુ સુખ શું એ વાત ખૂબ ઉઠાપોઠા માગે છે. “યદ્ ઇષ્ટં તત્ સુસંગ્રાહુઃ દ્વેષ્યં દુઃખં દ્વેષ્યતે” (મહાભારત—શાંતિપર્વ, ૨૬૫-૨૭) —અર્થાત્ આપણને ઇષ્ટ લાગે છે તે સુખ અને જેના પર દ્વેષ જીપજે છે તે દુઃખ. સુખ-દુઃખનું આવું લક્ષણ મહાભારતમાં આવેલી પારાશર ગીતામાં કહેલું છે, પરંતુ અહીં ‘કષ્ટ’ શબ્દનો અર્થ શો કરવો એનો ખુલાસો નથી. તિલક મહારાજ ‘સુખદુઃખવિવેક’ નામના પ્રકરણમાં આ ‘કષ્ટ’ ની સમજૂતી નીચે મુજબ આપે છે: “...તરસ લાગી હોય ત્યારે પાણી કષ્ટ છે, તો પાણી રૂપી બાલ પદાર્થને આપણે સુખ કહેતા નથી, તેમ હોય તો નદીનાં પાણીમાં ડૂબી જનાર માણસ સુખમાં ડૂબી ગયો એવો વ્યવહાર થાય. પાણી પીવાથી જે ઇન્દ્રિય-નૃપ્તિ થાય છે તે સુખ છે. આ ઇન્દ્રિયનૃપ્તિ અથવા સુખમનુષ્યને કષ્ટ લાગે છે તે ખરું છે પણ જેટલું કષ્ટ લાગે તેટલું બધું સુખ જ હોવું જોઈએ એવો વ્યાપક સિદ્ધાન્ત યદ્યપિ શકે નહિ. માટે નૈવાયિકાએ ‘અનુકૂલવેદનીયં સુખં’ જે સંવેદન આપણને અનુકૂલ લાગે તે સુખ અને ‘પ્રતિકૂલવેદનીયં દુઃસમ્’ જે સંવેદન પ્રતિકૂલ

૧. “દુઃસાન્ ઉદ્ભવે મર્તે સર્વસ્ય મુદ્ધમિન્નિસ્તમ્” ॥

(મહાભારત : શાંતિપર્વ)

લાગે તે દુષ્ક્રિયા—એવી વ્યાખ્યા સુખદુષ્ક્રિયાની આપીને તેમણે સંવેદનના પ્રકાર બતાવ્યા છે આ સંવેદન જન્મથી સિદ્ધ અને કેવળ અતુલ્ય પ્રાપ્ત હોવાથી નૈયાયિકની આ વ્યાખ્યા કરતા સુખદુષ્ક્રિયા વધારે સારું લક્ષણ બાધવાનું શક્ય નથી આ સંવેદનરૂપ સુખદુષ્ક્રિયા કેવળ મનુષ્યના વ્યાપારથી જ ઉત્પન્ન થાય છે એમ નથી; કોઈ કોઈ વાર કોઈ દેવતાના કોપથી પણ દુઃસહ રોગ ઉદભવે છે અને તેનું દુષ્ક્રિયા મનુષ્યને ભોગવવું પડે છે માટે વેદાન્ત ગ્રંથોમા સામાન્ય રીતે આ સુખદુષ્ક્રિયા આધિભૌતિક, આધિદૈવિક અને આધ્યાત્મિક એવા ત્રણ ભેદો કરેલા છે ”

દુષ્ક્રિયા આ ત્રણ પ્રકાર ઈશ્વરકૃષ્ણની સામ્યકારિકાના “દુઃસ્થિતિર્નિવારણાત્ જિજ્ઞાસા તદ્વપઘાતકે હેતૌ” — ત્રણ જાતના દુષ્ક્રિયા છે તેના નિવારણ માટે આ શાસ્ત્ર (સામ્યક્રિયા) પ્રયોજન છે એમ કહેણું છે આધ્યાત્મિક દુષ્ક્રિયા જાતના છે (૧) શારીરિક અને (૨) માનસિક વાતપિત્તકફના વૈષમ્યથી\* શારીરિક દુષ્ક્રિયા ઉત્પન્ન થાય છે ક્રોધ, ક્રોધ, લોભ મોહ ભય, ઈર્ષ્યા, વિષાદ ઇત્યાદિ માનસ દુષ્ક્રિયા ઉત્પન્ન થાય છે આધ્યાત્મિક દુષ્ક્રિયા ‘આન્તરોપાસાધ્ય’ છે જ્યારે આધિભૌતિક આધિદૈવિક ‘બાહ્યોપાસાધ્ય’ છે મનુષ્ય, યજુ, ઋગ, યજુ, યજુ, સરીસૃપ સ્થાવર નિમિત્તથી આધિભૌતિક દુષ્ક્રિયા નીપજે છે અને યજુ, રાક્ષસ વિનાયક, મહાઘાવેશ વગેરેથી આધિદૈવિક દુષ્ક્રિયા નીપજે છે આ ત્રિવિધ દુષ્ક્રિયાનો સમાવેશ સપ્તવિધ વ્યાધિઓમા સુશ્રુતે કરેલો છે (સુશ્રુતમહિતા સૂત્રસ્થાન અધ્યાય ૨૪) —

\* કેનેય વોલર એવા મુખ્યસિદ્ધ સર્જને એમના સર્કલ એન્ડ લાઈફ નામના મુદ્રિત પુસ્તકમાં વ્યાધિની વ્યાખ્યા આવી જ આપી છે It is an upsetting of the equilibrium of an energy-system, by the impact of some hostile forces Disease is a state of disequilibrium,” p 13

|                     |  |
|---------------------|--|
| ૧ આદિબલપ્રવૃત્ત.    | Hereditary Diseases.                         |
| ૨ બ/અબલપ્રવૃત્ત.    | Congenital Diseases.                         |
| ૩ દોષબલપ્રવૃત્ત.    | Chemical Diseases.                           |
| ૪ સંઘાતબલપ્રવૃત્ત.  | Mechanical.                                  |
| ૫ કાલબલપ્રવૃત્ત.    | Physical.                                    |
| ૬ દૈવબલપ્રવૃત્ત.    | Epidemics & Endemics                         |
| ૭ સ્વભાવબલપ્રવૃત્ત. | (શુધા, તૃપા, મૃત્યુ આ સ્વભાવબલ પ્રવૃત્ત છે.) |

—આ સાત વ્યાધિઓ વિષે લ'ગાયુ ઉઠાપોઠ મેં અન્યત્ર કથો' છે એટલે અહીં ફક્ત નામેસ્લેખથી જ પતાવીશું.

આધ્યાત્મિક—“આત્મનિ અધિ इति अध्यात्मम्, व्रतं मयं आध्यात्मिकम्।” અહીં આત્માનો અર્થ “સમનસ્કઆત્મા-યુક્તપંચભૂતાત્મકચિકિત્સાધારશરીર” એવો લેવાનો છે, કારણ કે ચિકિત્સામાં “પંચમહાભૂતશરીરિસમવાયઃ” ગૃહીત છે. “પુરિ હોતે इति पुरुषः”—આ દેહરૂપી નગરીમાં આત્મા સૂતેલો છે એથી આત્માને ‘પુરુષ’ તરીકે ઓળખવામાં આવ્યો છે. દ્વંકમાં, શારીરિક અને માનસિક દુઃખો (આ બન્નેનો સમાવેશ આધ્યાત્મિક દુઃખમાં થયેલો છે.)નો સંબંધ સમનસ્ક આત્મા અને પંચમહાભૂતાત્મક શરીર સાથે છે.

આધિદૈવિક દુઃખો દેવતાઓની અકૃપાથી થનારાં છે પરંતુ તે પણ મનુષ્યોને શરીરથી અને મનથી જ ભોગવવાં પડે છે એ ઉઘાડું છે. માટે આ ત્રિવિધ દુઃખોનો સમાવેશ ખરી રીતે બાહ્ય અથવા શારીરિક અને આબ્યન્તર કિંવા માનસિક—એવી બે ઢાલીમાં જ કરવામાં આવ્યો છે.

ક્રોધ, દ્વેષ, કામ, ક્રોધ વગેરે માનસિક દુઃખો છે. મન પોતે તો અચેતન છે એ આપણને સુવિદિત જ છે. આત્માના સંયોગ

વિના મન ક્રિયામાં પ્રવર્તતું જ નથી. આત્મા-‘ઇન્દ્રિય’-ચેતનાવાનું હોવા છતાં નિષ્ક્રિય છે અને મન અચેતન હોવા છતાં ક્રિયાવાનું છે. (ચરકસંહિતા શારીરસ્થાન. અ. ૧ શુબ્રો) આ બન્નેના સંયોગ સિવાય સંવેદના સ્ફુરતી જ નથી. મન અને આત્માનો સંબંધ હોય અને ઇન્દ્રિયો ન હોય તો? તો મન અને આત્મા કંઈ જ ન કરી શકે.

સૃષ્ટિમાંના પાચ-ચલૌતિક પદાર્થોનું જ્ઞાન થવા માટે મનુષ્યની ઇન્દ્રિયો એ પ્રથમ સાધન છે. ઇન્દ્રિયો બે જાતની છે:—(૧) જ્ઞાનેન્દ્રિયો અને (૨) કર્મેન્દ્રિયો. નાક, દાન, આંખ, શ્રવણ અને ત્વચા—આ પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે. આંખથી રૂપ, નાકથી ગંધ, દાનથી સ્વર, શ્રવણથી રસ અને ત્વચાથી શીતોષ્ણ સ્પર્શ—નું જ્ઞાન થાય છે. આથી શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસગંધ—ને ઇન્દ્રિયના અર્થો માનવામાં આવેલા છે. મન બીજી વાતમાં લીન હોય તો આંખની પાસે ઘર્ષિતે સડસડાટ જતી મોટરનો અવાજ પણ ખ્યાલમાં નથી આવતો. અર્થાત્ એકલું મન ઇન્દ્રિયના સ્પર્શ વિના વેદનાનુભવ કરી શકતું નથી. “વેદના-નામ્ અધિષ્ઠાનં મનો વેદશ્ચ સેન્દ્રિયઃ ।” (ચરક. શા. ૧/૧૩૬) સેન્દ્રિયવેદહ (સેન્દ્રિય ક્ષીને નિરિન્દ્રિય દેહ જેમાં કેશ, લોભ, નખાત્ર, અન્નમલ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે તેને બાતલ કરેલી છે) મનસહિત જ વેદનાનું મહત્ત્વ કરે છે.

સ્પર્શ બે જાતના છે: (૧) સ્પર્શેન્દ્રિય સંસ્પર્શ અને (૨) માનસ સ્પર્શ. સુખદુઃખના પ્રવર્તક આ બે જ સ્પર્શો છે. (ચરક શા. ૧-૧૩૩)

ઇન્દ્રિયો પાંચ છે છતાં ઇન્દ્રિયવ્યાપક સ્પર્શ તો એક જ છે; સ્પર્શેન્દ્રિય (ચામડી) એક છે છતાં પાંચેય જ્ઞાનેન્દ્રિયોમાં એ વ્યાપક છે અર્થાત્ એનું સર્વેન્દ્રિય વ્યાપકત્વ હોવાથી સર્વેન્દ્રિયાનુગતત્વ પણ છે જ. હવે જેમ સ્પર્શેન્દ્રિય સર્વવ્યાપી છે તેમ

ઈન્દ્રિયોનો સ્વામી મન પણ સર્વવ્યાપ્ત જ છે. ઇન્દ્રિયવ્યાપક સ્પર્શ એ 'ચેતઃસમવાચી' છે અર્થાત્ જે જે લાગમાં સ્પર્શનેન્દ્રિયનો સ્પર્શ થાય છે તે તે લાગમાં પ્રત્યક્ષ અર્થ ગ્રહણ કરવા માટે મન પણ લાભતું જ રહે છે. ઇન્દ્રિયોનો ઇન્દ્રિયાર્થો સાથે સંબંધ સ્પર્શ-નેન્દ્રિયથી જ થાય છે. અશુ રૂપનું ગ્રહણ કરે છે તે પણ સ્પર્શ થકી જ. માનસ સ્પર્શ શારીરિક સ્પર્શથી ભિન્ન છે. મન સાથે જે સુક્ષ્મ લાવોનો સ્પર્શ થાય છે તેનું જ મન ગ્રહણ કરે છે. મનને વ્યાપી જ ચરકમાં "પઙ્કિન્દ્રિયપ્રસાદનઃ" (ચરકસંહિતા સૂ. સ્થા. અ. ૨૬) કહે છે. સુશુને મધુર રસને 'પઙ્કિન્દ્રિયપ્રસાદનઃ' અર્થાત્ મધુર રસ મનના પોષણ માટે આવશ્યક છે—એમ જણાવ્યું છે. ગીતામાં પણ "મનઃ પૃષ્ઠાન્નિન્દ્રિયાણિ" એમ કહેવું છે. "ઇન્દ્રિયાણિ પરાચ્યાહુઃ ઇન્દ્રિયેભ્યઃ પરં મનઃ" ગીતા. ઇન્દ્રિયો બાહ્ય પદાર્થની અપેક્ષાએ શ્રેષ્ઠ છે અને મન ઇન્દ્રિયો કરતાં શ્રેષ્ઠ છે. ("અત્તીન્દ્રિયં પુનઃ મનઃ"—ચરક સૂ. ૮/૪) મન અત્તીન્દ્રિય છે. સાંખ્યમાં 'મન' શબ્દથી બુદ્ધિ, મન અને અંતઃકરણનો પણ બોધ થયેલો છે. (ચરક ટીકાકાર ચક્રપાણિદત્ત, સૂત્ર સ્થાન. ૧ શ્લો. ૫૬ ની ટીકામાં)

દૂઃખમાં ઇન્દ્રિયો, મન, આત્મા-આ ત્રણના સંસ્પર્શથી જ આપણને વસ્તુનું જ્ઞાન થાય છે "વેદનાનામ્ અધિષ્ઠાનં મનો દેહશ્ચ સેન્દ્રિયઃ" (ચરકસંહિતા. શારીર. સ્થા. અ. ૧/૧૩૬) તેમ જ વેદનાનું અધિષ્ઠાન પણ આ ત્રણના સંસર્ગમાં જ છે. હૃદ-અનિષ્ઠ સંવેદનાઓનો આધાર આ ત્રણ ઉપર જ છે.

દુઃખની ઉત્પત્તિની આ મીમાંસા અતિ લંબાણુ માગે એવી છે. અહીં દૂઃખમાં સમજાવવા પ્રયત્ન કર્યો છે.

મુખ્યદુઃખને આપણે ત્રિવિધ માનીએ કે દિવિધ માનીએ પરંતુ દુઃખ કાઈને જોઈતું નથી એ જ મુખ્ય મુદ્દો છે. સર્વ પ્રકારનાં દુઃખની અત્યંત નિરૂત્તિ કરવી એ જ મનુષ્યનો પરમ પુરુષાર્થ છે

એમ માખ્ય અને વેગત મને માને છે ગીતામા આત્મતિક, સુખની વ્યાખ્યા નીચે મુજબ આપેલી છે — સુઘમાત્મતિક, યત્તદ્ બુદ્ધિચાહ્યમતીન્દ્રિયમ્ ॥” (ગીતા અ ૬) જે કેવળ બુદ્ધિ જ માથે હોઈ ઇન્દ્રિયાતીત છે તે જ આત્મન્ટિક સુખ છે. આ આત્મન્ટિક સુખની પ્રાપ્તિ થાય એટલે દુઃખ રહે જ નહિ.

મહાભારત અને અન્ય શાસ્ત્રો કહે છે. ‘તૃષ્ણાત્તિમમચ દુઃખ દુઃખાત્તિમમચ સુખમ્ ॥’ (શાંતિપર્વ) — અતિશય તૃષ્ણા થતા તેની પીડા થાય તેમાથી દુઃખનો જન્મ થાય છે અને દુઃખની પીડામાથી જ સુખ ઉદ્ભવે છે — આ સુખદુઃખનું વર્ણન તદ્દન સાચું જ છે સારાશ એ છે કે મનુષ્યના મનમા પ્રથમ વાસના, આશા અથવા તૃષ્ણા ઉત્પન્ન થાય છે તે પછી તેમાથી ઉત્પન્ન થતા દુઃખનું નિવારણ કરવું એનું જ નામ સુખ સુખ એવી સ્વતંત્ર કોઈ ચીજ જ નથી મહર્ષિ પુનર્વશ્ચ ચરકસહિતામા આ જ વાતનું સમર્થ કરે છે —

### દુઃખ-વિવેક

उपधा हि परो हेतु दुःख दुःखाद्ययमद ।  
 त्याग सर्वोपधाना च सर्व दुःखत्रयपोहक ॥  
 कौशकारो यथा तद्वशन् उपादत्ते वधप्रदान् ।  
 उपादत्ते तथार्थेभ्य तृष्णायह सदातुर ॥  
 यस्त्वन्निक पानथान् शो क्षात्वा तेभ्यो निवर्तते ।  
 अनारम्भात् असयोगात् त योग नोपतिष्ठते ॥  
 ચરકસહિતા શા સ્થા અ ૧ શ્લો

દુઃખાશ્રય — દુઃખ જેને આશ્રયે રહે છે એ શરીર બો તૃષ્ણાઓથી પ્રવર્તમાન થતા ધર્માધર્મ એ જ દુઃખના ઉત્પાદક ।

રેશમનો ખીડો કોશીટામા જેમ પોતાના જ વધ મારે તાતણાં ઉત્પન્ન કરે છે તેમ અણ-મૂર્ખ-માણસ પણ સદા વાસનાઓ

ચેરાયેલો રહીને વિષયોમાંથી તૃષ્ણાને હિતપન્ન કરી પોતાનો વધ નિમંત્રે છે. જે જ્ઞાની મનુષ્ય વિષયોને-ઉદ્વિગ્નના અર્થોને-અગ્નિ જેવા દાહક માની એમાંથી પાછો ફરે તે જ માણસ સુખી થાય છે.

“यच्च कामसुखं लोके यच्च दिव्यं महत् सुखम् ।

तृष्णाक्षयसुखस्येते नार्हतः पौडशीं कलाम् ॥” મ.

શા. શાંતિપર્વ :

“આ જગતમાં કામ એટલે વાસનાઓ તૃપ્ત કરવાથી જે સુખ થાય છે, અથવા સ્વર્ગતું જે મોટું સુખ કહેવાય છે, તે તૃષ્ણાક્ષયથી હિતપન્ન થતા સુખની એક આતી જેટલું પણ નથી.” એક વાર અનુભવેલી, જોયેલી, સાંભળેલી વસ્તુ પુનઃ પ્રાપ્ત થાય તેવી ઇચ્છા થવી તેને કામ અથવા વાસના કહે છે. દમ્ભિત વસ્તુ પ્રાપ્ત નથી થતી, તો દુઃખ થાય છે અને ઇચ્છા તીવ્ર થતી આવે છે, અથવા મળેલું સુખ પૂરું ન થતાં અધિકાધિક ઇચ્છા દિન પર દિન વધતી જ જાય ત્યારે એવી ઇચ્છાને તૃષ્ણા એવું નામ આપવામાં આવે છે.

પરંતુ તૃષ્ણાત્યાગ, વાસનાસંન્યામ, ઉપધાત્યાગ—આ સંન્યાસમાર્ગી ઉપાયો છે; આનું અવગળન વ્યવહારમાં અશક્ય છે. તૃષ્ણા ન જ હોય તો પ્રવૃત્તિનું પ્રેરક કોણ બનતું? એટલે આ વ્યાખ્યા એકપક્ષી છે, અવ્યવહારુ છે. પરમ નિવૃત્તિ સિવાય વાસનાત્યાગ શક્ય જ નથી. એટલે જગતની સાથે વાસના અને તૃષ્ણાઓ છે એટલે જગતની સાથે દુઃખ પણ જોડાયેલું જ છે એમ માનવું રહ્યું.

અદ્વૈતમિત્રે લિંગીનાચી દશાનો ક્રમ આ જગતમાં ચાલી જ રહ્યો છે એમ મેઘદૂતમાં કાવિદાસે કહ્યું છે તે બરાબર જ છે. સુખની પછી દુઃખ અને દુઃખની પછી સુખ લાગેલું જ છે. કાલ લગવાનના રેડમાંથી સુખદુઃખનાં ઘડિયાં લરીને ઢોળાયા જ કરે

છે આ દુખનું વિશ્વમા ક'ંઈ પ્રયોજન હશે ખરું ? બધા સુખ જ વાછે છે કેઈ દુખ વાચ્છતું નથી પરંતુ આપણી ઈચ્છા અનુસાર વિશ્વ ઓછું જ ચાલે છે ? વિશ્વના આયોજનમા દુઃખને સ્થાન નથી એમ કોણ કહી શકશે ? જગતની ઉત્ક્રાન્તિનો ઇતિહાસ જોતા જગતનો વિકાસ દુઃખે જ કર્યો છે એમ કહી શકાય એમ છે. અને એથી ઊલટું અતિ સુખવિલાસોથી દેશો અને રાષ્ટ્રો નાશ પામ્યા છે એ પણ એટલું જ સાચું છે એટલે દુખનું પ્રયોજન છે જ. હિંમ્ય જીવનની અભીપ્સાવાળા મનુષ્યોના તપો આપણે કયા જોયા નથી ? સુવર્ણની શુદ્ધિ એના પાવકનિમજ્જનમા છે તેમ મહાપુરુષો-લોકેશ્વર પુરુષોની જીવનસુવાસ પણ દુઃખના વિકટ પ્રસંગો-માથી જ મહેકેલી છે-મહેકે છે.

“ સુખદુખ મનમાં ન આણીએ ઘટ સાથે રે ધરિયા  
દાઝઈ તે કાઈના નવ રંગે રણનાથના જલિયા ”

( નરસિંહ મહેતા )

સુખદુખ ઘટ સાથે જ ધડેલા છે. સ્વ. નરસિંહરાવ યોગ્ય જ કહે છે કે “ વિશ્વમા વ્યાપી રહ્યું દુખ તો ભરપૂર છે ”

“ છે માનવીજીવનની ઘટમાળ એવી,  
દુખપ્રધાન સુખ અલ્પ થકી ભરેની ”

આ કથનાર કવિએ દુઃખનું જરાબર મૂલ્યાંકન કર્યું લાગે છે. ભગવાનની કૃપાનો અભિષેક હમેશા ભક્તોના દુઃખપાત્રમા જ થયો છે કવિસમ્રાટ રવીન્દ્રનાથે આ માટે અતિ સુદર ભાવ રજૂ કર્યો છે એ આર્ષ કવિ દુખને “ *આનન્દરૂપમમૃતમ્* ” કહે છે આ પ્રાણુનાન શબ્દો આ રહ્યા —

“ The glory of imperfection is misery, misery is its wealth, misery is its capital Man is man because he achieves truth through misery. His powers



limited. no doubt, but God has not made him a beggar. He does not get things begging but he has to get them through pain. If we have to give anything to God, what shall we give? There is no satisfaction in giving Him, that which is His; we have to give Him that which is peculiarly our own, namely misery. This misery, He will return, filled to the brim with His Anand, that is with Himself. Otherwise how can He pour His bliss? If we have not this vessel of our own, how could He have poured His nectar?

Man's freedom is never in being saved from troubles, but it is the freedom to take trouble for his own good, to make the trouble an element in his joy. It can be made so only when we realize that our individual self is not the highest meaning of our being, that in us we have the world man who is immortal, who is not afraid of death or sufferings, and who looks upon pain as only the other side of joy. He who has realized this knows that it is pain which is our true wealth as imperfect beings, and has made us great and worthy to take our seat with the perfect. He knows that we are not beggars; that it is the hard coin which must be paid for every thing valuable in this life, for our power, our love; that in pain is symbolized the infinite pos-

sibility of perfection, the eternal unfolding of joy, and the man who looses all pleasure in accepting pain sinks down and down to the lowest depth of penury and degradation. It is only when we invoke the aid of pain from self-gratification that she becomes evil and takes her vengeance for the insult done to her by turning us into misery. For she is the vestal virgin consecrated to the service of the immortal perfection, and when she takes her true place before the altar of the infinite she casts off her dark veil and bears her face to the beholder as a revelation of Supreme joy."

Sadhana—The Problem of Evil p 64-65

દુઃખ માનન અપૂર્ણતાનો કીર્તિક્ષણ છે; ગૌરવ છે. દુઃખ એ જ એનું ધન છે; દુઃખ એ જ એની મૂડી છે. દુઃખની યાતના-ઓમાંથી પસાર થઈને મનુષ્ય સત્યની આખા કરે છે એથી જ એ મનુષ્ય છે. મનુષ્યની શક્તિઓ તો મર્યાદિત છે, પરંતુ એથી ઈશ્વરે એને ભીખારી-દરિદ્ર નથી બનાવ્યો. ઈશ્વર પાસે ભીખ માગવાથી જે વસ્તુઓ એ ઇચ્છે છે તે એને મળતી નથી, પરંતુ તે ઇષ્ટિત વસ્તુઓ એને દુઃખ થકી જ મેળવવાની છે. આપણે ઈશ્વરને કંઈક આપના ઇચ્છીએ તો શું આપી શકીએ એમ છીએ? જે વસ્તુઓ એની જ છે એ એને અર્પવામાં કંઈ જ આનંદ નથી. પરંતુ જે ચીજ આપણી પોતાની જ છે, તે જ ચીજ-દુઃખ-આપણે એને અર્પવાનું છે. આ દુઃખમાં તે કાદા સુધી કલ્યાણ ભરીને-આનંદ ભરીને-તે આપણને પાછું સોપશે. આ દુઃખના પાત્ર ન હોય તો

લગવાનનો આનંદ લગવાન શેમાં હાનવે? આપણી પાસે આપણું પોતાનું આ પાત્ર ન હોત તો આનંદરૂપ અમૃતને લગવાન શેમાં રેડત ?

દુઃખોમાંથી બચવાથી મનુષ્યોને સાચી સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત થતી નથી, એનો સ્વીકાર કરવાથી જ સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત થાય છે. દુઃખનું આનંદમાં પરિવર્તન કરવું એમાં જ માનવતા છે. પરંતુ આ ત્યારે જ બને જ્યારે મનુષ્ય પોતામાં રહેલા વિશ્વાત્માનો—જે અમર છે—જેને દુઃખ કે અન્ય ચાતનાઓ પીડી શકતી નથી, જે દુઃખને આનંદ તુલ્ય જ લેખે છે, જેને સુખદુઃખ બંને સરેખાં જ છે—સાક્ષાત્કાર કરી શકે ત્યારે જ. આ આત્મ-સાક્ષાત્કાર કરેલો જ જીવનમાં દુઃખનું સાચું સ્થાન શું છે તે સમજી શકે છે. અપૂર્ણ માનવીઓનું દુઃખ એ જ પરમ ધન છે અને આ ધનને લીધે જ પૂર્ણ પરમાત્મા પ્રાપ્તિ અપૂર્ણ એવો માણસ—નજીકમાં સ્થાન લઈ શકે છે. જીવનમાં જે કંઈ અમૂલ્ય અને શાશ્વત છે તે મેળવવા માટે આપણે ભારેમાં ભારે કિંમત આપવી પડે છે. મૃતિ, વીર, ગ્રેમ આદિ ઉદાત્ત ભાવોની પ્રાપ્તિ માટે મોંઘું મૂલ્ય આપવું પડે છે. પૂર્ણતાની અનંત શક્યતાઓ દુઃખમાં જ કેન્દ્રિત થયેલી છે. શાશ્વત આનંદનું પ્રકટીકરણ દુઃખમાં જ કેન્દ્રિત થયેલું છે. જે પામર મનુષ્ય દુઃખનો સ્વીકાર કરતાં સર્વ કુખો પોતે ગુમાવી રહ્યો છે એમ માને છે, તે પતનની અને મધમતાની પરાકાષ્ટાના ખાડામાં જ પડે છે. હાં, આ દુઃખનું, તે આપણે આપણા સ્વ—સંતોષ માટે આદવાદન કરીએ, તો દુઃખ પોતાનું અપમાન થયેલું માને છે અને એનો બદલો વેર સાથે લે છે—અમર પૂર્ણતાની સેવામાં દુઃખરૂપી આ પરમ સાધ્વી કુમારીએ પોતાનું જીવન સમર્પિત કરેલું છે અને જ્યારે અનંતતાની વેદી પાસે એ પોતાનું સાચું સ્થાન પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે તે પોતાના મુખ પરની તિરસ્કરિણી (ગુપ્તો) દૂર કરી એ એના નિરીક્ષક સામે જોઈએ આનંદનો આનિર્ભાવ કરે છે. (દાગોરની ‘સાધના’ માંથી.)

અને વિશ્વસોદયનું અનિમેષ નેત્રે પાન કરનાર વડ્ડાવથે  
આપી જ ગાયું છે કે:—

Mighty prophet! Seer blest!  
On whom those truths do rest,  
Which we are toiling all our time to find,  
In darkness lost, the darkness of the grave;  
Thou, over whom Immortality  
Broods like the day.

આ લેખને મથાળે જે રમરથુ-મૌકિતકો સમી સુમધુર ક્ષિતિઓ  
ટાંકી છે એ પણ આ દુઃખનું જ ગૌરવ દર્શાવે છે. દુઃખથી જ  
માનવજીવન કીર્ણગામી બને છે. હૃદયના સુદમતમ લાવેને અથુ-  
અણ્વારી તેમાંથી સુમધુર સંગીત ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિ આ કલ્યાણકર  
દુઃખમાં જ છે. ઋ. નરસિંહરાવની હૃદયતંત્રીઓ પોતાના પ્રિય  
પુત્રના વિયોગે કાબરૂપે મૂર્તિમન્ત થઈ છે. એ ‘રમરથુ સંહિતા’  
આ દુઃખના દર્શનથી સત્યપ્રકાશ લાધનાર કવિની વાચા બોલે છે કે:—

ઓ મૃત્યુ ! ઓ દુઃખ ! લલે જ મ્હાલો !  
આ વિશ્વમાં પૃથ્વી પ્રતાપધારો !  
તહમે બધાં બન્ધુ ગણી વધાવું  
દૃષ્ટા કરાલ નિરખી નહિ ખિન્ન થાઉં.  
વિશ્વમાં વ્યાપક મહા  
દુઃખથી જો છુદ્ધને;  
તીવ્ર સંવેદન યશું  
ત્યમ મુજ હિરે શું નવ બને ?

સ્વામી વિવેકાનંદે પોતાની વેળસ્વી લેખિની દ્વારા આ જ  
સાત મનોરથ સ્વપ્ને રજૂ કરી છે:—

Good and evil have an equal share in moulding character, and in some instance misery is a greater teacher than happiness. \*

ચરિત્રધર્મગતરમાં સુખ અને દુઃખ બન્નેનો સરખો જ ભાગ છે; કેટલાક દાખલાઓમાં તો સુખ કરતાં દુઃખ જ મહાન શિક્ષક નીવડે છે.

“ There is purpose in pain, otherwise it were devilish.” Meredith

દુઃખ પાછળ કંઈ હેતુ ન હોત તો એ કર રાક્ષસ જ બનત. (મેરેડીથ) આ વાત તદ્દન ખરી છે. વિશ્વનિર્ધારનાં યોજનામાં કશું જ અસ્થાને નથી હોતું પરંતુ જે દુઃખ આપણા ભક્ષા માટે છે તેનાથી આપણે ભડકી ભીડીએ છીએ એટલે એનો શુભ હેતુ જ નષ્ટ થઈ જાય છે.

સ્વ. ગોવર્ધનરામભાઈના ‘ સરસ્વતીચંદ્ર ’ના ચોથા ભાગમાં નીચેનાં વાક્ય જુઓ:—“ ઈશ્વરે દુઃખ અને સુખની સૃષ્ટિ મનુષ્યોનાં સુક્ષ્મ જીવનને સિદ્ધ કરવાને માટે જ રચી છે. દુઃખ અને શોક જાતે આમ પરિપાક પામીને પછી નષ્ટ થાય તે કલ્યાણકારક છે.” અને સર એચ. ટર્કલરની નીચેની વંકિતઓ આ વિષયની એઓમીએ ટાંકેલી છે :

“ He that lacks time to mourn lacks time to mend

“ Eternity mourns that. 'Tis an ill cure

“ For life's worst ills to have no time to feel them.

" Where sorrow's held intrusive and turned out

" There wisdom will not enter, nor true power

" Nor aught that dignifies humanity "

દુ ખના પ્રમગ ઉપર જેને વિચાર કરવાનો વખત નથી તેને કદી સુધરવાનો અવકાશ જ નથી. જ્યાં દુ ખના વિચાર માત્રથી જ ભડક અને ભય હિત્ત-ન યાય છે, ત્યાં શાશ્વત્વ, સત્તા કે માનવતાને વિભૂષિત કરવા અન્ય હિદાત્ત ભાવોનો પ્રવેશ જ અશક્ય બને છે.

Ribot નો અભિપ્રાય અત્યંત સૂચક છે. 'Sensibility. to pain is proportional to a nation's level of civilization' રાષ્ટ્રની જનસંસ્કૃતિ મહાન હશે, તો તેની દુ ખ-સ વેદનાઓ પણ સૂક્ષ્મ અને પ્રગાઢ હશે. સંસ્કૃતિની પામરી જેટલી નીચી હશે તેટલું તેણે દુ ખસ વેદન પણ ભિતરતી કોટીનું જ હશે. આનો એક વિદ્વાન અર્થ કરે છે કે, " We pay for our culture by our capacity to suffer "—દુ ખ સહન કરવાની રાષ્ટ્રની શક્તિ ઉપર જ તે રાષ્ટ્રની સંસ્કારિતા નિર્ભર છે. હિંદની પ્રાચીન ભવ્ય પુનિત સંસ્કૃતિમાં ડોકિયું કરતા આ સત્યની પ્રતીતિ આપણને થવા વિના નથી રહેતી. સત્યભામાને ઉપદેશ આપતી વખતે હિંચારેના દ્રીપદીના વચનો આપણને આ જ બોધ આપે છે.

" સુખં સુખેનૈવ ન જાતુ લભ્યં દુ સ્થેન સાધ્વી લમતે સુખાનિ ॥ "

સુખથી કદી સુખ મળતું નથી સાધ્વીને સુખ પ્રાપ્ત થવા સાડુ દુ ખ જ સોસવું પડે છે ( મ ભા વનપર્વ ).

આપણા શાસ્ત્રોમાં જેણે સુખપાત કયો હશે તે તુરંત જ કબૂન કરશે કે યમ, નિયમ, દમ, તપ, તિતિક્ષા, ચિત્તવૃત્તિનિરોધ—આ

બધાં સાધનોથી હિંદુ ધર્મ મહાન અને ગંભીર બન્યો છે. દુઃખની ભઠ્ઠીમાં તવાયા વિના સુખ શું છે તે કોઈ જાણી શકતું જ નથી. દુઃખની સંવેદના સમજવા માટે જેમ કોમળ લાવોની જરૂર છે તેમ સુખનું સંવેદન સમજવા માટે પણ જીવનમાં તપ અને વિશુદ્ધિની જરૂર છે.

દરેક પ્રજાની દુઃખ સહન કરવાની શક્તિનું પ્રમાણ, તેની સંસ્કારિતાના પ્રમાણમાં, ઓછુંવતું જ હોય છે. અંગ્રેજમાં આને 'Pain threshold' (પેઇન થ્રેશોલ્ડ) કહે છે. ગુનેગારોને દુઃખની લાગણી અત્યંત હોય છે, અશિક્ષિત અને અસભ્ય જાતિ કરતાં શિક્ષિત અને સભ્ય (સાચા અર્થમાં) જાતિમાં દુઃખની તીવ્ર સંવેદના જોવામાં આવે છે. આધુનિક ચિકિત્સકો કહે છે કે, cerebral hemispheres જેટલે અંશે Thalamus ઉપર પોતાનો કાબૂ રાખી શકે છે, તેટલે અંશે દુઃખનો સ્વરૂપ વા અતિ આભાસ આપણને થાય છે. આધુનિકો દુઃખની સંવેદના નીચે મુજબ સમજાવે છે :

મનુષ્યશરીર ઉપર મજ્જાતંતુઓ (nerves) ના સૂક્ષ્મ અગ્ર ભાગો (nerve endings) આવેલા છે. સ્પર્શ અને ઉત્તાપ અનુભવનાર અગ્ર ભાગો પગ જુદી તરેહના છે; જ્યારે દુઃખસંવેદના અનુભવનાર અગ્ર ભાગો પણ જુદી જાતના છે. આ મજ્જાગ્ર ભાગો દુઃખના આવેગો (impulses) ને મગજને તળિયે જે X Thalamus છે ત્યાં પહોંચાડે છે. અહીં આગળ આ લાગણીઓને રોકી રાખવામાં આવે, અને પછી Cerebral cortex ના સંવેદનાગ્રાહી (સેન્સરી) પ્રદેશ સાથે એસોસિએશન ફાઇબર્સ (association fibres) નો જ્યાં સંગમ થાય છે એને પહોંચાડવામાં આવે છે. અહીં જ દુઃખની





“ સત્ત્વ એટલે મન આત્મસંયોગ થકી મન શરીરનું ધારક અને પ્રેરક બનેલું છે. મન બનભેદને લઈને ત્રણ પ્રકારનું છે (૧) પ્રવર, (૨) મધ્યમ અને (૩) અધમ આથી મનુષ્યો પણ પ્રવર, મધ્યમ, અવર સત્ત્વવાળા હોય છે આમા પ્રવર સત્ત્વવાળાનું વર્ણન ‘સત્ત્વસાર’\* મા કરવામા આવેલું છે આવા પ્રવર સત્ત્વસંપન્ન મનુષ્યો સ્વરૂપ શરીરવાળા હોવા છતાંય નિઃશ્ચિન્ન નિમિત્તથી ઉત્પન્ન થયેલી મહાન પીડાઓમા પણ સત્ત્વશુષ્કની વિશેષતાને લઈને અવ્યય અથવા અવ્યય જણાય છે. સત્ત્વવાન્ સદૃશો જ્યં સસ્ત-  
‘આત્માત્માત્માત્મા ॥ મધ્યમ સત્ત્વવાળા ખીજ માણસો જે દુઃખ સહન કરી શકે છે તેને જોઈને ‘હુ પણ એમની માફક દુઃખનો સામનો કરીશ અને દુઃખની પરવા નહિ કરું’ એવા નિશ્ચયથી હિમ્મતવાન બને છે અથવા તો પારકાઓના ઉત્સાહથી ઉત્સાહિત બને છે હીન સત્ત્વવાળા લોકો મહા શરીરવાળા હોવા છતાંય સ્વરૂપ જેવી વેદના પણ સહી શકતા નથી; તેમજ જરા નેટલા ભય, ગોઝ, લોભ, મોહ અને માનના આવેશોને જોઈ તેઓ ભયભીત અને નાસીપાસી અનુભવે છે આવા હીન સત્ત્વવાળાઓ રોદ, ભૈરવ, દ્વિષ્ટ, ખીલત્સ, વિકૃત કથાઓ સાલણીને તેમજ પણ કે પુરપના માસ ગોણિતો જોઈને વિપાદ, વૈવર્ણ્ય, મૂર્છા, ઉન્માદ, ભ્રમ, પ્રપતનમાથી ગમે તેને પ્રાપ્ત થાય છે અને વખતે મરી પણ જાય છે ” (ચરકસંહિતા. વિમાન. ૮/૧૧૯)

\* ॥ સત્ત્વસારવાળા મનુષ્યો કેવા હોય છે તે વિશે પુનર્વંસુ પરિચય આપે છે —

“ સત્ત્વસાર ( ‘સાર’ સંજ્ઞાનો અર્થ ‘વિશુદ્ધતર માતૃ’ એવો થાય છે ) વાળા મનુષ્યો અતિમાન, લક્ષિતમાન, કૃતજ્ઞ, પ્રાજ્ઞ, શુચિ, મહોત્સાહી, દક્ષ, ધીર, સમરવિકાન્ત યોધી, ત્યક્ત વિપાદવાળા, મુન્યપરિચિત અતિવાળા, ગમ્ભીર પ્રુદ્ધિવાળા, કહયાણાભિનિવેશી, —હોય છે ” (ચરક સા ૮/૧૧૦)

આપુર્વેમા સત્ત્વસાર, રક્તસાર, મસિસાર, મેહસાર, અરિયસાર, મલ્લ-સાર, શુર્કસાર, ॥ સત્ત્વસાર-આવા આઠ સારવાળા મનુષ્યોનો ઉલ્લેખ અને વર્ણન છે

ઠેટલાક સુકલકડી શરીરવાળા (અથવા શરીરવાળા અને અતિકૃશ) બલવાન હોય છે, જ્યારે ઠેટલાક તગડા હોના છતાં—દેખાવા છતાં અત્યંત દુર્બલ હોય છે—આનું કારણ આ સારની ખામી હોય છે. સાર અને સત્ત્વ બંને રીતે જે ઉત્તમ હોય તે જ પુરુષ, પૌરુષનો આદર્શ મનાય છે “શરીરં હ્યપિ તત્ત્વનુવિધીયતે” (ચરક. શા ૪)

કાયસંપત્તિ—આ શબ્દ સાલગતા મને ‘પાતજલ યોગસૂત્ર’ માંની આ શબ્દની વ્યાખ્યા યાદ આવે છે “રૂપલાવણ્યબલવજ્ર-સંહનનત્વાનિ કાયસમ્પત્” (વિભૂતિપાદ ૪૬). શરીરનું બાહ્ય રૂપ, લાવણ્ય (સર્વોગ સૌંદર્ય, મોતીની શુભ્રતા એ મોતીનું રૂપ છે, જ્યારે મોતીનું પાણી એ લાવણ્ય છે. આજ પ્રમાણે આત્મ-જીવનનું પ્રતિબિંબ લાવણ્યમા પડે છે), બલ (વીર્ય-ઉત્સાહ) અને વજ્રસંહનનત્વ—આ ચાર જ્યાં હોય ત્યાં જ કાયસંપત્તિ ગણી શકાય. રઘુવંશમા દિલીપ રાજાનું વર્ણન કાલિદાસે આપ્યું છે એ જોવાથી કાયસંપત્તિનો ખ્યાન વખતે આવી શકશે.

દૂઠમા, સત્ત્વ (મન) અને કાયસંપત્તિ (ચરીરનું ગઠન,

---

× હિંદુ ફિલસૂફીમાં અને ચરકસંહિતામાં પણ આત્મા અને શરીરનાં સંબંધનું ઉત્પાત્ક એવા ‘ઔપપાદુક’ તરવ ઉપર વિચાર થયેલો. (આ માટે જુઓ “History of Indian Philosophy” by Dasgupta p 91) આતિવાહિક શરીર (લિંગ શરીર) સાથે ઔપપાદિકનો સંબંધ થતાં જ શકિત, શરીર, બલ મન વગેરે બધાય છે. પૂર્વ જન્મમાં જેવું મન હશે તેવું જ મન જન્મ-ાન્તરમાં પણ પ્રાપ્ત પ્રાપ્ત થાય છે. આ મન પોતાની સાથે યુગયુગના પોતાના અનુભવો—સંસ્કારો વહન કરી આવેલું હોય છે, શુદ્ધ માતાપિતા, સંતોગો દેહગઠન વગેરે પ્રાપ્ત કર્યાનુસાર પ્રાપ્ત થાય. સાત્ત્વિક, રાજસિક, તામસિક—મનના આવા ત્રણ ભેદો આ પ્રમાણે જ પડે છે, લગ્નિ, શીલ, સૌમ્ય, દ્વેષ, વ્યર્થિ, મોહ, લાગ, માત્સર્ય, રોષ, લથ, ક્રોધ, તદ્દા, ઉત્સાહ, તૈદ્દ્ય, માદ્ય, ગભીર્ય, અનવસ્થિતત્વ—આ બધા સત્ત્વિકારો છે. (ચરકસંહિતા—શરીર રચના અ ૩૧૩)

માતાપિતાનો વારસો, ભિંચાર્થ, વજન, કદ, આહારશક્તિ, ઇત્યાદિનો સમાવેશ આમાં આવી જાય છે) — આ એ ઉપર દુઃખ ભોગવવાની શક્તિનો આધાર છે.

‘ મીસ્ટરી ઓફ પેઈન ’ નામના પુસ્તકનો લેખક હિન્ડન એક ઉત્તમ શસ્ત્રક્રિયાનિષ્ઠાત અને અત્યંત ધાર્મિક માણસ હતો. તે કહે છે કે દુઃખને કંઈ ‘ Spiritual significance ’ છે, જે ધાર્મિક વિકાસને મદદકર્તા બને છે. ઘણાંયે સુખ પાછળ દુઃખનો ઇતિહાસ જોવામાં આવેલ છે. પ્રસવ વખતે અને સગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રીને જે કष्ट થાય છે તે કष्टને પણ સ્ત્રીજીવનમાં અગત્યનું સ્થાન છે એમ આ વિદ્વાન કહે છે. સગર્ભાવસ્થા અને સુવાવડનું કષ્ટ માતા હોંશથી વેડે છે તે જ સૂચવે છે કે ભાવિ બાળકના પ્રેમતંત્ર સાથે માતાના આ દુઃખતંત્રને નિકટનો સંબંધ છે. આ પ્રસવકાલીન દુઃખ કુદરતે ન મૂક્યું હોત તો બાળક માટેના માતાના પ્રબલ પ્રેમનું દર્શન આપણને ન જ થાત એમ આ મહાનુભાવ લેખક જણાવે છે. હિન્ડનના આ વિચારનું ઇ. એન. મેરિઅસ ‘ ધી સોલ ઓફ ધી વ્હાઈટ આન્ડ ’ નામના પુસ્તકમાં સમર્થન કરે છે. આ લેખકે હિન્ડનના વિચારોને પ્રયોગની કસોટીએ ચલાવ્યા. એણે દક્ષિણ આફ્રિકાની છ કાફીર જાતની બતકો લીધી. પ્રસવકાલ વખતે આ જાયેને વેદનાહર ઔષધ ( એનેસ્થેસિયા ) આપ્યું. બતકોને સુખેથી પ્રસવ થયો; પરંતુ પરિણામ એ આવ્યું કે આ જામાંથી કોઈ બતકે પોતાના બચ્ચાને ધવડાવ્યું જ નહિ. પરંતુ એનેસ્થેસિયાથી જ આમ બન્યું છે એમ માનવા ના પાડે એટલા માટે મેરિઅસે ખીજી જ. બતકોને પ્રસવ પછી તુરત જ ( પોતાના બાળકોને જુએ તે પહેલાં જ ) ક્લોરોફોર્મ આપીને બેભાન કરી નાખી. પરંતુ આ જાયે બતકો ભાનમાં આવતાં વેંત જ પોતાનાં બચ્ચાને ધવરાવવા લાગી. આ પ્રયોગોથી મેરિઅસ માને છે કે પ્રસવકાલીન દુઃખ અને ગર્ભાવસ્થા દરમિયાનના દુઃખ વિના માતાનો બાળક તરફનો પ્રેમ વૃદ્ધિગત થતો જ

નથી પશુઓ ઉપરના આ પ્રયોગો મનુષ્યજીવનને કેટલે અંશે લાગુ પડી શકે એ સંશયભરી વાત છે, છતાં આજના શાસ્ત્રીય કહેવાતા અનેક અખતરાઓ પશુઓ ઉપર જ અજમાવી જોઈને આપણા ઉપર લાદવામાં કયા નથી આવતા? પ્રસવકાલીન વેદનાથી જ માતાનો પ્રેમ વધુ ગાઢ બને છે એ વાત કહેવાનું માન આ વિદ્વાનને શિરે જાય છે એ નિઃસંશય છે.

અહીં આ વિદ્વાન જેને માટે ગર્વ લે છે એ ‘ટવાઈલાઈટ સ્લીપ’ નો ઉલ્લેખ આવશ્યક છે. સ્ત્રીને પ્રસવ વખતે જરા કંઈ ન પડે એટલા ખાતર સ્ત્રીઓમાંના વા માઈનિયાના ઈન્ક્રેશન આપીને આસન્ન પ્રસવાને ઘેનમાં નાખવામાં આવે છે અને પ્રસવ થઈ જાય છે તેની બાઈને જાણ પશુ પડતી નથી પરંતુ આ ઈન્ક્રેશનનો ખરાબ અસર ગર્ભસ્થ શિશુ ઉપર થતી હતાં ૨૫ વર્ષ પહેલાં બે જર્મન પ્રસૂતિશાસ્ત્ર નિષ્ણાનોએ આ “સાઈયા-સ્વપ્ન” ટવાઈલાઈટ સ્લીપ —ની કલ્પનાથી જગતને મુગ્ધ કરી નાખ્યું હતું પરંતુ વખત જતાં આના દુષ્પરિણામો જણવા લાગ્યા હતા. બાળકો નીલ-Blue અવતરતા કારણ કે પ્રસવ દરમિયાન પ્રાણવાયુ ગર્ભને મળેલો જોઈએ તેનો આ ક્રિયામાં અટકાવ થતો. આથી આ કલાકૌશલ્યનો બહુ લાભ ન જ લેવાયો.

પરંતુ હવે આ દુષ્પરિણામો ન થાય એવું “Caudal analgesia” કરોડરજીવતા ઠેઠ અંતભાગ આગળથી જે નાડીઓ (નર્વ્સ) ગર્ભાશયમાં જાય છે, તેમાં દવાનિષ્કેપ કરીને પ્રસવદુખ સુલાવવાનો સફળ પ્રયત્ન થયો છે. આ દવા કરોડરજીવતા અન્તર્ગત પ્રવાહીમાં કે લોહીમાં ન જતા કેવળ રોડરજીવતાથી ગર્ભાશયમાં જતી નાડીઓમાં જ અત્યંત કુશળતાપૂર્વક નાખવામાં આવે છે અને આથી પ્રસૂતાને કંઈ જ દરદ જણાતું નથી. વિદ્યાન પોતાની જીત માટે ગર્વ લઈ રહ્યું છે. ‘પ્રસૂતાની પીડા’ આમ વિદ્યાને દૂર કરવા પ્રયત્ન કર્યો છે.

વિજ્ઞાન દુઃખનિવારણ કરવા મથે છે પરંતુ એનું પરિણામ અંતરૂશરીરમાં શું થાય છે તે જ્ઞેવાનાં ચક્ષુઓ વિજ્ઞાન પાસે છે ખગં ? નથી જ. દુઃખનું પ્રયોજન જ્યાં સુધી અંતરૂદ્ધિથી સમજવામાં ન આવે ત્યાં સુધી આવા પ્રયત્નોની સારીમાફી અસરો માપવાનું એકમ આપણને પ્રાપ્ત નથી જ થવાનું. વિજ્ઞાન જ્યારે તત્ત્વજ્ઞાનના વિશાળ પ્રદેશમાં ઈન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્રની મર્યાદાઓ તોડીને તેથીયે ગહન અને મહાન વિશ્વમાં પ્રવેશ નહિ કરે ત્યાં સુધી વિજ્ઞાન કદાચ વધુ ગર્વિષ્ટ બનતું આપ્યું જશે; અને સાથેસાથે અઠીઠ લખકર દુઃખપરિણામો અંતરૂશરીર ઉપર મૂકતું આપ્યું જ જશે, એ જ્ઞેવાની દૃષ્ટિ ઠાઠ વિરલા લોકોત્તર પુરુષમાં જ હોઈ શકે.

દુઃખ દયાવનારી ચોકખંધ દવાઓ આપણા દેશમાં આવી રહી છે અને આપણા ડોક્ટરો, -જરટીસ વર્કુફે એમને ઇંગ્લંડના મનસિજ પુત્રો- "Mind-born sons of England" -કહ્યા છે તે- આંખો મીંચી 'વિવેકહત' દરદીઓને આપીને સાયન્સનો અને પોતાનો વિજય ઉદ્ધોષિત કરી રહ્યા છે ! વેલો પાસે આવી દુઃખ-નિવારક દવાઓ નથી એટલે આ લોકો એમનો ઉપકાસ પથ કરતાં અચકાતા નથી. શરીરનું દુઃખ નીકળીને મનમાં ભરાય છે એ સુક્ષ્મ ખીનાનો પ્રત્યક્ષ ઠાણ કરાવી શકે એમ છે ? સ્વામી વિવેકાનંદ જેવા સતે એકાદ સ્થળે, આ વિષે ધશારો કર્યો છે, પણ એ સાયન્સના માથુસ ન હતા એટલે એમનું 'અનસાયન્ટિફિક મન્ટવ્ય' આ સાયન્સના જમાનામાં પ્રૂફ સિવાય પંડિતમન્યો શેના માને ? જુઓ:-

"We take away pain from the physical plane and it goes to the mental plane." (સ્વામી વિવેકાનંદ વૉ. ૧ પૃ. ૧૧૦)

દુઃખનું પ્રયોજન વિશ્વની યોજનામાં છે. મનુષ્ય અપૂર્ણતાઓના નિવારણ માટે, સાધકના પરિપાક માટે, જીવનના ઝિખ્વ વિકાસ માટે,

આની અનિવાર્ય જરૂર છે. એ જ્યાં સુધી નહિ સમજાય ત્યાં સુધી વિવેકાનંદના આ વાક્યનો અર્થ નહિ જ સમજી શકાય જીવન એકે યુદ્ધભૂમિ છે શરીરની અદર એક જાતનું અને શરીરની બહાર બીજી જાતનું યુદ્ધ ચાલી રહ્યું છે. આ આત્મચાલ યુદ્ધ એ જ જીવન. આ સઘર્ષના પરિણામરૂપે જ ફેટલીક વખત, રોગો પ્રાદુર્ભાવ પામે છે એવે વખતે એ દુઃખનો ઉપયોગ શરીર પોતાના કોષો ખાલવામાં કરે છે આ પશ્ચિર્તન દરમિયાન દવાઓની દખલગીરી કુફરતાના કાર્યમાં વિક્ષેપ નામે છે, શુભ પ્રયોજનને ધૂળ ભેગું કરે છે.

પરમયોગી શ્રી અરવિંદે એમના 'Yoga & its objects' નામના પુસ્તકમાં એ વાત કહી છે. "Impurities in the body show themselves chiefly as disease, as pain, as the discomfort of heat and cold, as the necessity of the excretive processes (પૃ. ૪૬)

શારીરિક અશુદ્ધિઓ રોગ તરીકે પ્રાદુર્ભાવ પામે છે. શરીરમાં આવી અશુદ્ધિઓના નિકાલ માટે દુઃખ, ધાતુવૈષમ્ય-આવશ્યક હોય છે. દેહની શુદ્ધિ માટે, ઘણી વખત, રોગો અથવા દુઃખ આવશ્યક હોય છે. પોતાનું કામ પતી જાય છે કે તેઓ તુરત જ ચાલ્યા જાય છે. સાધકોને ઉદ્દેશીને (અને જીવન એ એક યોગ હોઈ મનુષ્ય માત્ર સાધકો નથી શું ?) આ મહર્ષિ લખે છે :

"Profound alterations are necessary in your brain cells, your nervous system, your digestive and secretive processes, and they cannot be effected without some physical disturbance, but it will never be more than is necessary for the process."

મગજમા, મજ્જાતતુઓમા, પાચક અને સ્નાયુક પ્રક્રિયાઓમા—  
પુષ્કળ ફેરફારની જરૂર જ્યારે જણાય છે ત્યારે તે માટે શરીરનો  
વિશેષ આવશ્યક હોય છે. એ જરૂર કરતા એક દિવસ પણ વધુ  
નથી જ રહેવાનો એટલી ખાતરી રાખજો

હૃદયના આવેને પૂરેપૂરા દર્શાવના વાણી શક્તિશાળી સાધન  
નથી મારા હૃદયના અતરતમ ભાવેને નિષ્પિન્દુ કમ્પાની મારામા  
શક્તિ નથી આજે જે દવાઓનો મારો ચોમેર ચાલી રહ્યો છે, તે  
જોઈ મને પાતાનાર દુઃખ થાય છે જરા માથું દુખે છે કે તુરત જ  
'એસ્ક્રી' 'કેફીમ્પીરીન' 'વીરામોન' લેવામા આવે છે ! માનવ  
શરીરની પવિત્રતા સનજ્યા સિવાય સ્ટ્રોગ-જલ્દ દવાઓ શરીરમા  
રેડવામા આવે છે ! વિજ્ઞાનની આ દેખાતી પ્રગતિમા જ માનવતાનું  
નિકટન છુપાયેલું મને જણાય છે દવાઓ પેલી હોય તો એકદમ  
નિશુદ્ધ-તદ્દન મૃદુ લેવી જોઈએ મઘાકો અને આલ્કાલોઈડા ન લેવાય  
તો સારું જડ વિજ્ઞાનને આધ્યાત્મિક દષ્ટિ જ નથી અને પૃથગ્જનો  
'પરપ્રત્યયનેય' છે ! આપણા બે ક હાકારે યોગ્ય જ નહીં છે,  
'વિવેકહત દરદીના અધમ જીટવૈદ્યો જ એ' જેવું સ્થૂન શરીર  
છે તેવું અહર ખીજું સૂક્ષ્મ શરીર છે X-Ray એ જોઈ શકવાનું  
છે ? યોગીઓના ચક્રો એમા જોઈ શકાનાના છે ? અગુણ જેવો પુરુષ  
હૃદયગુણમા વસેનો છે તે જોઈ શકાવાનો છે ? પ્રત્યક્ષ-નરી આખે  
જણાય તે જ સાચું-નો હડકવા દૂર નહિ થાય ત્યાં સુની માનવ-  
સમાજને માટે મુશ્મિતો કિનારો નથી

સર્જરીએ અફબુત-અનર્જનીય ઉત્કર્ષ સાધ્યો છે નાડીતત્ર  
નર્વસ મિસ્ટમ) નો ખૂબ જ સૂક્ષ્મ અભ્યાસ ચાલી રહ્યો છે  
સિનમનો સમય કાર્ય પ્રનિક્રિયાનો અભ્યાસ થઈ રહ્યો છે આ  
પદાનો માનવતાના બિખીંકરણમા ઉપયોગ થાય તો કેવું સારું ?  
રેતુ આજે તો આ ગાંધનો ઉપયોગ સર્જનોએ નવો કાપવામા

અને સાંધવામાં જ પરિસમાપ્ત કર્યો છે. હમણાં જ ૧૯૪૨ના 'રીડર્સ ડાઈજેસ્ટ' માં "Marvels of pain-conquering, nerve-surgery" ઉપરનો લેખ મારા જીવનમાં આવ્યો. સર્જનોના હસ્તકાવધ માટે અને શરીરના સૂક્ષ્મ-ગંભીર અભ્યાસ માટે વ્યાક્રીનના ઉદ્દગારો નીકળી પડે છે.

દુઃખની સંવેદનાઓ કરોડરજ્જુમાં ચર્મને મગજમાં જાય છે. મગજમાં જે સ્થાનમાં દુઃખ ચતુર હોય છે, તે સ્થાનમાં કરોડરજ્જુ તરફ જનારી અને કરોડરજ્જુમાં જે ઠેકાણે એ પ્રવેશ કરે છે, તે ભાગમાં નાડીઓ ઉપર થોડો છેદ મૂકવાથી મસ્તિષ્કમાં કેન્દ્રિત થયેલું દુઃખ દૂર થાય છે. સંવેદનાહી (Sensory) નાડી ઉપર જ છેદ મૂકવામાં આવે છે; Motor nerve ઉપર જરા પણ કાપ ન મહોંએ એની પૂરતી કાળજી શસ્ત્રવૈદ્ય રાખે છે. શસ્ત્રવૈદ્ય એમ માને છે કે આ શસ્ત્રક્રિયાથી દરદીને કંઈ જ તુકસાન થતું નથી.

હેડકી-વક્ષોગુહા અને ઉદરગુહા વચ્ચે આવેલો પટલ (ડાયાફ્રામ) ફેનિક નર્વ સાથે આનો સંબંધ હોવાથી આ પડો શ્વાસોચ્છ્વાસમાં જીઓનીયો થયા જ કરે છે. આ જ નાડીદ્વારા માનસિક અને રસાયણિક ઉત્તેજકો અને રોગો અસાધારણ આવેલો મોકલીને આ ફેનિક નાડી ઉપર તે ફરી વળે છે અને ઉદરપટલનો સખત સંઘાત (આંચકીના જેવો) કરે છે. આતું નામ હેડકી (હિસ્ટા). ફેનિક નર્વ ગરદનની પાછળના ભાગમાં ચર્મને નીચે ઊતરે છે, એટલે એને પકડવી પણ સહેલી છે. શસ્ત્રવૈદ્ય આ નાડીમાં છેદ મૂકીને હેડકીને તુરત જ બંધ કરી શકે છે. હવે આ નાડીમાં કાપ મૂકવાથી ઉદરપટલ તદ્દન નકામો-લકવા જેવો-ચર્મ જાય માટે કાપેલા છેડાઓને પાછા તુરત જ જોડવાની જરૂર પડે છે. શસ્ત્રવૈદ્ય કાપ અને સંધાન-બન્ને અતિશય કુશળતાથી કરે છે.

ચિંતા અને ખીક માટે પણ મગજની નાડીઓ ઉપર શસ્ત્રક્રિયા



કરવામાં આવે છે એ જાણીને ધણાને આશ્ચર્ય થશે. મગજનો અભ્યાસ ખૂબ જ વધ્યો છે. શુદ્ધિ, મેધા, વિવેકશક્તિ-આ બધી શક્તિઓ મસ્તિષ્કના આગલા ભાગમાં છે એમ મનાય છે. મસ્તિષ્કના આગલા ભાગને " Human brain " તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, જ્યારે મસ્તિષ્કના પાછલા ભાગ (Hind brain) ને " Animal brain " તરીકે ઓળખાવવામાં આવે છે. આ પાછલા ભાગમાં જ ૭૫ ટકા નાડીઓનું કોસિંગ થાય છે. ઉચ્ચ ભાવો, શુદ્ધિ વગેરેનું સ્થાન આગલા ભાગમાં છે. મગજના તળિયામાં એક Thalamus ( થેલેમસ ) નામનો ભાગ છે; આને આપણે મસ્તિષ્કની સ્તંભ કહીશું.

આ થેલેમસમાં જ ચિંતા, લય, પ્રેમ, ધિક્કાર વગેરે પ્રાથમિક ભાવનાઓનો—' Primitive emotions ' નો વાસ મનાય છે. અર્થાત્ મગજના આગલા ભાગ સાથે આ થેલેમસનો હમેશનો વિરોધ ચાલુ જ છે. આ ભાગમાં કેન્દ્રિત થયેલા પ્રાથમિક અને પાશવિક ભાવો મગજના આગલા ભાગમાં જ્યાં શુદ્ધિ, શીલવગેરે દૈવી શક્તિઓ વસેલી છે, તેની ઉપર હલ્લો કરવા તલપાયક જ હોય છે. હવે જે નાડીઓદ્વારા મગજના આ આગલા ભાગનો થેલેમસ સાથે સંયોગ થયેલો છે, એ નાડીઓદ્વારા જ અપકર લાવોનાં પૂર આગલા ભાગમાં ફલવાય છે. હવે આ પ્રાથમિક આવેશોને શુદ્ધિથી જ વશ કરી શકાય. પરંતુ થેલેમસનું કાર્ય વધુ જળવાન હોય છે તો તે શુદ્ધિના કલામાં નથી રહેતું. શુદ્ધિ વિરુદ્ધનો થેલેમસનો હલ્લો એનું નામ જ માનસિક રોગો.

જેને ખૂબ ચિંતા, શોક અને તેને લઈને અનિદ્રા તથા ઉન્માદ વગેરે રોગો થાય છે તેની જોપરીમાં શારડી વડે હિંદો પાડીને થેલેમસને આગલા ભાગ સાથે એક્ટીવ નાડીઓ દ્વારા હરખાવવામાં આવે છે અને એનાથી ઉન્માદ, અનિદ્રા, ચિંતા, શોક વગેરે બધું જ દૂર

ચર્મ જાય છે એવી ખમરો મેડિકન માસિકો આપણને આપે છે હવે માનસ-શસ્ત્રક્રિયા (Psycho-Surgery) નો નવો ઉદ્ગમ થયો છે ચિતા, શોક, માનસિક વ્યગ્રતા વગેરે રોગો હવે શસ્ત્રસાધ્ય બન્યા છે દિન પર દિન આ જાતની શસ્ત્રક્રિયાનો અપૂર્વ વિકાસ ચર્મરક્ષા છે ખોપરીમા પાડેલા છિદ્રમા 'લ્યુકોટોમ' નામનું શસ્ત્ર આની સાથે તીક્ષ્ણ બ્લેડ્ડ સલ્ફન હોય છે છિદ્રમા આ નાખીને તેને ફેરનાથી તીક્ષ્ણ બ્લેડને લઈને થેતેમસ અને આગલા ભાગને સાધનાર નાડીઓ કાપી કાઢવામા આવે છે તુરતજ રોગો-વેદનાઓ આની જાય છે કાનમા તમગ બોલના, ભ્રમ (Vertigo), મૂર્છા વગેરે રોગોમા પણ શસ્ત્રક્રિયા કરવામા આવે છે Trigeminal neuralgia અત્યંત પીડાકારક વ્યાધિ છે

આ રોગનું નિદાન હજી શોધાયું નથી દવાઓથી મટતું નથી હવે એને માટે આખ અને કાનની વચ્ચેના પ્રદેશમા સર્જન એક નાનો છેદ મૂકે છે, અને સુખની મોટી નસને કાપી કાઢે છે તુરત જ રોગ મટી જાય છે ટૂંકમા, મગજમા રહેલી નાડીઓનો અત્યંત કાળજીપૂર્વક અભ્યાસ ચર્મ રક્ષો છે અને એની પાછળ કુશળ શસ્ત્ર ચિકિત્સકો પોતાના નવા શસ્ત્રો સાથે ચાલી આ ના છે શસ્ત્રક્રિયાનો અપૂર્વ વિજય થયો છે અને હજી કેટલો થશે તે ભગવાન જાણે !

દુખ અને વેદના દૂર કરનાર આ શસ્ત્રક્રિયાઓની પાછળની અસરો શી થાય છે તે જાણવાનું સાધન હજી મારા જાણવામા નથી આવ્યું આ વ્યાધિનિવારક શસ્ત્રક્રિયા સામે કઈ પણ બોલવાની ઘૃણતા ને કરે તે મૂર્ખ જ ગણાય અપૂર્વ હસ્તકૌશલ અને ઝીણામા ઝીણી નસોનો સૂક્ષ્મ પરિચય (સેન્સરીને બદલે મોટર નાં) ને કપાઈ જાય તો વિપરીત પરિણામો આવે એટલે કઈ સવેદના વહન કરનારી-કે સેન્સાસિગમી- (sensory) અને કઈ કેન્દ્રોત્સર્જી (Motor)-આ બધાનું યાન જોઈએ ) જીવિમાનેની જીવિને પણ

૨. 'ગોઠમાં નાખી દે છે તો પછી અલ્પ બુદ્ધિનું' તો પૂછવું જ શું ?  
 ૩. Neurologist, Neuro-Surgeon અને Psycho-Surgery-  
 દુઃખની વધારે ધાયેલાં આ ત્રણ બોલો દુઃખનો જ નાશ કરીને વિરમે  
 તો સારું. શિવજીના ગણો માફક-દક્ષયરનો ખસ કયાં પછીથી  
 જ્વરરૂપે મનુષ્યોને પીડતા આ ગણો માફક-ખીજાં દુઃખોનાં ખીન્ને  
 વાવશે કે નહિ તે સવિધ્યમાં ડોકિયું કરવાની આરી પાતતા નથી જ.  
 ૪. ચિંતાદિનાં કારણો અસમયાચાર વગેરે છે તેનું હવે પ્રયોજન જ  
 કયાં રહ્યું ?

જરાલ્ડ હર્ડે (Gerald Heard) દુઃખને મનુષ્યસમુત્કાન્તિનું સંગી ગણ્યું છે. આધ્યાત્મિક સમુત્કાન્તિ (Spiritual evolution) ના સમયમાં જે તુમુલ્લ મુદ્દા આપે છે-જે દુઃખને અનુભવ થાય છે- તે દુઃખ તો creative energy માટે આવશ્યક છે. હર્ડેને અભિપ્રાય એવો છે કે પ્રાણીમાત્રમાં ગુપ્ત સર્જનશક્તિ-latent creative energy-છે. આ શક્તિનો સદુપયોગ કરવામાં નથી આવતો તો જ દુઃખ દેખા દે છે. અર્થાત્ જીવ કરતાં મનુષ્યને તે એતલે છે.

માકે દલેખન કહે છે કે જગતમાં સુખ સાથે જ દુઃખ ચાલી આવે છે, માનવ સંસ્કૃતિ દુઃખને કદી દૂર રાખી શક્યાની જ નથી.

કોટસ દુઃખ અને સંકટની ગ્થિતિને આપણી હિન્નતિ માટે આવશ્યક ગણે છે. આપણને નિદ્રામાંથી જાગાડનાર અને કર્તવ્ય 'પ'થે વાળનાર દુઃખ જોવું ખીજી એકેય નથી. દુઃખના દિવસોમાં '૪ માણસનું' હૃદય વિક્ષેપે છે, ધર્મોદિ ગુણો ઈજવાય છે અને જીવનના ૧૩૨૨માં આ ખૂબ જ મહત્કર્તા થઈ પડે છે. આથી જ કુંતીએ ખુબ પાસે પ્રાર્થના કરી છે કે "હે ભગવાન ! તું જમને દુઃખ જ માપજો. દુઃખમાં જ તારું સ્મરણ સારું થાય છે. "

અને ક્રાન્સ દેશના મહાન લેખક આનાતોલ ફ્રાન્સનાં વચનો કેમ

વિસરાય ? એ કહે છે . “No, my friend, the secret of all the universe is not desire, not love, it is pain. Love in reality is a by-product. Pain is the lamentable pearl of this earth of ours. We spin unceasingly the web of Sorrow. It is our hell, our tribulation, but it is also our greatness. If man builds at all it is at the price of endless efforts and tears. If he were happy, he would be as though he existed not. If he were prosperous, he would not progress. Everyone finds a pedestal on which to raise himself a little higher and the name of that pedestal is Suffering ..”

(Conversations માથળી )

જે પરવશ એ દુઃખ; આત્મવશ એ સુખ; આ જ સુખદુઃખનું  
સંક્ષેપમાં લક્ષણ જણાવું. આત્મવશતામાં જ સુખ છે અને આથી  
જ ગીતામાં,

“ સુખમાત્યન્તિકં યત્તત્ત્વં બુદ્ધિગ્રાહ્યમતીન્દ્રિયમ્ ”

( ગીતા, ૫. ૨૧ )

જે કેવળ બુદ્ધિથી જ માત્ર હોઈ ઇન્દ્રિયાતીત છે તે જ  
આત્યન્તિક સુખ છે.

આ બધાનો ભાવ એ છે કે મનોનિગ્રહ ઉપર જ સુખ નિર્ભર  
છે. ઇન્દ્રિયોનો રવામી મન છે. મન જ આત્માના સંયોગથી સુખદુઃખની  
સંવેદનાઓ ઝીલનારું છે. મનોનિગ્રહ વિના સુખદુઃખનો નિગ્રહ શક્ય જ  
નથી. આત્મવશતા એ સુખ અને પરવશતા એ દુઃખ એ મનુની.  
વ્યાખ્યામાં ઘણું રહસ્ય છે. ગીતામાં શ્વાશા છોડી, અનાસકત રહી,  
દરેક કર્મ ભગવાનને સમર્પણ કરીને, કાર્ય કરે જવાનો જે માર્મિક  
ઉપદેશ છે તેના સમ્યક્ જ્ઞાન ઉપર જ સુખ વા દુઃખનો આધાર  
છે. માનવ સમાજમાં ત્યાં સુધી પશુ મટી સાચો મનુષ્ય નહિ થાય.  
પોતાના શારીરિક અને માનસિક વેગો ઉપર પ્રજુત્વ મેળવતો નહિ  
થાય, ત્યાં સુધી સાચા સુખનાં દર્શન શક્ય જ નથી. સાચો યોગી.  
જ આત્યન્તિક સુખનો અનુભવ કરી શકે છે.

માનવ અપૂર્ણ હોઈ અપૂર્ણતામાંથી તેને છોડવવા, કેટલીક  
વખતે દુઃખપ્રાપ્તિ થાય છે. આધ્યાત્મિક, આધિદૈવિક અને આધિભૌતિક  
આ ત્રિવિધ દુઃખો, વિચાર કરતાં, છેવટે જનોના કલ્યાણ માટે જ  
નિર્માયેલાં હોય છે. સુખમાં રાગવું એ દ્રુટી દૃષ્ટિના ચાણુસોનું  
કામ છે. હાલનો જમાનો આધિભૌતિક સુખવાદમાં માનનારો છે.  
આ મૂર્ખતાભરેલા સુખવાદે જગતમાં અનેક જાતનાં અનિષ્ટો ઊભાં  
કર્તાં છે અને તેમાંથી છૂટવાનું હવે શક્ય જ નથી. સુખવાદથી.

ડાકણ હવે એના સકળમાં—ત્રેમપાશમાં પડેલાઓનાં હાડમાસ ચૂસીને જ એને છોડશે એમ લાગે છે.

એરિસ્ટોટલ લારપૂર્વક કહેતા કે શુભ જીવન હમેશા સખન જ હોય. આ સખતાર્થ એટલે ભારે પરિશ્રમ પૂરતી જ નહિ, પરંતુ તેથી ઊંડા અર્થમાં એટલે કે ભીષણ સંગ્રામના અર્થમાં પણ... કટોકટીનો દિવસ આપણા ગુણોનો જ જન્મદિવસ છે. મહાનુભાવ એચ. પી. જેક્સ પોતાની 'સર્વોદયની જીવનકળા' (*Constructive Citizenship*) નામના પુસ્તકમાં કહે છે કે "ખરું જોતાં, આખી સંસ્કૃતિને એકરાગ વસ્તુ જોઈતી હોય તો, સમાનપણે સુખ ભોગવવા કરતા સમાનપણે દુઃખ ભોગવવું, એ આપણા હેતુને વધુ સિદ્ધ કરનાર નીવડે. કારણ કે, સુખ તો મનુષ્યસ્વભાવમાં જે કંઈ નિર્બળ અને અસ્થિર અંશે છે, તેને હિતજનનાર વસ્તુ છે; જ્યારે દુઃખ તેના જે કંઈ સખળ અને અચળ અંશે છે તેને હિતજનનાર છે."

વિકટર હુગોએ કહ્યું છે કે "પૂરેપૂરા સુખી થવું એ તો ભયંકર વસ્તુ છે." જેમ પાણીની હિતપતિ માટે ઓક્સીજન અને હાઇડ્રોજનની મેળવણીની જરૂર છે તેમ જીવનના ઘડતર માટે સુખ અને દુઃખની મેળવણી આવશ્યક છે.

"મનુષ્યજાતિના બધા જ મહાન આદર્શો વેદનામાંથી જન્મેલા છે. દુઃખ, નિષ્ફળતા, નિરાધારતા, મૃત્યુ વગેરેના અસંખ્ય પ્રકારોમાંથી એક યા બીજો પ્રકારે મનુષ્યના વીર આત્માની તાવણી થતાં તેના જવાબરૂપે જ એ બધા આદર્શો પ્રગટેલા છે. ન્યાય, સ્વાતંત્ર્ય, સર્વોદય, માનવજાતનો કુટુંબલાવ, વગેરે તમામ આદર્શોના મૂળમાં ભયંકર ખેંચતાણો રહેલી હોય છે. તે બધા વેદનામાંથી જ જન્મ્યા હોય છે અને વેદના વડે જ ટકી રહેતા હોય છે."

કાન્ટ જેવો તત્ત્વજ્ઞાની પણ કહે છે કે, "માણસની હિતમોક્ષ શક્તિઓ બહાર લાવવા માટે કુદરતે જ આ યોજના કરી

જણાય છે. " સુખ નેટલું જ દુઃખ જીવનનું આવશ્યક તત્વ આથી જ મનાય છે સર્વોચ્ચની ઉપાસના કરવા બેસીએ કે તેટલા જ ઉચ્ચ-લય કર તામસિક સ્વરૂપોના દર્શનો થતા લાગે છે એવો આધ્યાત્મ ક્ષેત્રના પ્રવાસીઓનો અનુભવ છે એ લય કર દર્શનોની પરવા ક્યાં વિના જે પ્રવર્તક કે સાધક આગળ કૂચ કરે છે તે જ સત્ય, શિવ, સુન્દરમ્-ના ધામમાં પ્રવેશ કરી શકે છે જે ચતાણુ-દુઃખ-ઉચ્ચ જીવન માટે આવશ્યક છે પામઝ માનવીઓને માટે દુઃખ પારાવાર કનેશનનક બને છે પરંતુ મહાપુરુષો માટે દુઃખ જ શ્રેયસ્કર બને છે. આર્યોએ જીવનમાં તપ, તિતિક્ષા, સયમ, દમ, યમ, નિયમના તાણાવાળા અમથા નથી ગૂંથ્યા આ તપ શક્તિમાંથી જ પરમ સત્યો પ્રગટ્યા છે તપના અગ્નિમાં જેના મનના મેલો બળીને ભસ્મ નથી થઈ ગયા તેને માટે સત્યદર્શન નથી જ. વેદો કહે છે કે ધમધમતા તાપમાંથી જ ક્રાંત-Moral order અને સત્ય ઉત્પન્ન થયા છે

પ્રખ્યાત મનોવિશ્લેષણ શાસ્ત્રનો તજ્ઞ Jung-જમ-Modren Men in Search of his Soul ' નામના પુસ્તકમાં લખે છે કે ' મનુષ્યજીવનમાં પરસ્પર વિરોધી વૃત્તિઓ વચ્ચે જે ધમસાણ ચાલી રહ્યું છે તેનો જ આનિમોન 'રોગ' તરીકે જ્ઞાપ થાય છે ' ધર્મ એક શીખવે છે જ્યારે વ્યવહાર તે શીખવું હત્ય ધન કરવાનું શીખવે છે પરિણામે આતર-સમતુલા ક્ષુબ્ધ થાય છે અને જેને આપણે રોગ અથવા દુઃખ કહીએ છીએ તે જન્મે છે "

દુઃખમાં ધૈર્વ, મનની સમાધિ, શાંતિ રાખવી જોઈએ ગભરામણુ-વિગ્રમ ઉપરાઉપરી દવાઓના ઘૂટડાઓ કે રાકાઓ-શુદ્ધિશાળીએ ન સેવના અને લેના જોઈએ ચરન્સ હિતામાં " વિપાદો રોગવર્ચ નાનામ્ " રોગ વધારનાર નેટની ચીજો છે તે સૌમાં વિપાદ પ્રધાનપદે છે.

વિષાદથી ઊવટા રોગો વધે છે. રોગીએ પોતે રોગ કયા પ્રકારનો છે : આધ્યાત્મિક, આધિભૌતિક કે આધિવૈવિક—આ ત્રણ જાતનાં દુઃખોમાંથી પોતાનું દુઃખ યાને આભારી છે તે શોધવા સમજવા પ્રયત્ન કરવો. શાંતિ રાખવી. રુચિ ન હોય તો ખોરાક બંધ કરવો. શારીરિક લશ્વણો જવર, કબજિયાત ઇત્યાદિ જાણાય તે માટે મૃદુ ઉપચારો કરવા અને જે શાંતિ અને આરામ માદગી પ્રસંગે મળ્યા હોય તેનો ઉપયોગ કરી લેવો. ધાતુવૈયમ્ય એ જ રોગ, ધાતુસમતા એ જ આરોગ્ય. આરોગ્યમાં સુખનો વાસ છે. જ્યારે રોગમાં વિકારોનો વાસ છે.

“અનાદિ ચ સુલ્લદુઃખમ્ ॥ ચરક સૂ. ૩૦/૨૭ કોષ્ઠ”  
પરતુના અભાવમાંથી ભાવની ઉત્પત્તિ સંભવતી નથી. સુખ અને દુઃખ આયુઃસન્તાન—આયુષપરમ્પરા—માંકે જ અનાદિ છે.

પારંપર્યાનુચિન્ધસ્તુ દુઃખાનામ્ । ચરક શા. ૧/૬૨

દુઃખનો અનુચિન્ધ પરંપરાગત છે. અર્થાત્ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ સાથે જ સુખદુઃખ સરજાયેલા છે. ‘ઘટ માથે રે ઘડિયા’ એનો આ જ અર્થ છે.

\* ईदृशानां विपाकोऽपि जायते परमाद्भुतः ।

ઉત્તરામચરિતમ્

૧ સાચન્સ જેમ વધતું જાય છે, તથા નવાં યત્રો યોજાતા જાય છે, તેમ તેમ લોકોમાં ખીકની ત્રિવિધો વધુ ગાઢ બનેલી જાય છે. રોગની ખીક એવી થવાને બદલે ઊલટી તે વધતી જાય છે આ સંબંધી ચિકિત્સાએ વિચાર કરવા જેવો નથી શું? ‘બ્લડપ્રેશર’ એકતુ મટાડી ખીલ વીસને બ્લડપ્રેશર લાગુ થતું અને તે લાગે છે વિષાદ એ રોગ વધારનાર છે એ દરદીઓ અને ટોકટરો બન્ને જ્યારે સમજશે ત્યારે સોનાનો સૂરજ ઊગશે.

—ખા. ગ. વૈદ્ય



પરંતુ આ બધા ઉપરથી જીવનમાં દુઃખ જ કલ્યાણદાયી છે એમ માનવાની બૂલ કાઢી રખે કરે. માનવમાત્રનું અંતિમ ધ્યેય તો ચરમ સુખ છે. સુખની ઉત્પત્તિ દુઃખમાથી જ થતી જોવામાં આવે છે પરંતુ તેથી કરી જાણી જોઈ મનુષ્યોએ દુઃખ ખમવું, ન હોય તો જીમું કરવું—આમાં અવિવેક છે. દુઃખ કે સુખ ને આવી પડે તે હસ્તે મોઢે સહન કરવું, ભગવાનમા શ્રદ્ધા રાખી, અહંતા છોડી, અનાસક્ત રહેવું એ જ જીવન છે. સદાચાર અને આધ્યાત્મિક જીવન વિના સાચું સુખ શક્ય જ નથી. પૃથક્જનો જેને સુખ માને છે તે સુખનો આભાસ માત્ર છે એમ યાનીઓ કહે છે એ સાચા સાચું છે,



## ૪૧ : વર્તમાન સંસ્કૃતિ—એક મહાપ્રશ્ન

અમેરિકાના મહાન શસ્ત્રવૈદ્ય ડૉ. એલેક્સિસ કેરોલનું 'મેન ઇમ્પ્રોવેડ' નામનું અતિશય મુંઝવે પુસ્તક ઘણા સાહિત્યરસિકોએ જુનું હશે. આ લેખકને નોબેલ પ્રાપ્ત મળેલું છે અને આ પુસ્તકનું રોપની લગભગ તમામ ભાષાઓમાં ભાષાંતર પણ થયું છે. ૧૯૩૬માં દેહી વાર પ્રસિદ્ધ થયેલું તે ૧૯૪૨ માં ૧૧ મી વાર છપાયેલું છે. ખો નકસો તેની આજ સુધીમાં જીપડી ગઈ છે. વિજ્ઞાન આટઆટલું ધ્યું, શરીરશાસ્ત્ર અને ઈન્દ્રિયવિજ્ઞાનશાસ્ત્ર, શસ્ત્રવિદ્યા અને માનસશાસ્ત્ર આટઆટલાં વિકાસ પામ્યાં છે છતાંય મનુષ્ય હજી અજ્ઞાન જ રહ્યો છે એમ આ વિદ્વાન લેખક લાક્ષણિક રીતે કહે છે. પૂર્વનો કોઈ જાનઘન વિદ્વાન લખતો હોય એવી શૈલીથી આખું પુસ્તક લખેલું છે. પુસ્તક વાચતાં તે હાથમાંથી નીચે ચૂકવાનું મન થતું નથી એટલું તરસ તે લખાયેલું છે. આખું પુસ્તક ગુજરાતીમાં ઉતારવા જેવું છે. માતા એક મહાન શસ્ત્રવૈદ્યની આ વાણી આપણા જેવા પરપ્રત્યયનેય

મનુષ્યો માટે ખૂબ જ વિચારવા જેવી છે. પશ્ચિમમાં હવે સારા વિચારકો, રચૂલની પાછળ રહેલ સૂક્ષ્મ જગત જોવા-જાણવા-વિચારવા લાગ્યા છે એ સુલ ચિહ્ન છે—આશાનું ઉજ્જવળ કિરણ છે.

આજની શિક્ષણપ્રણાલિકામાં હાડકાં અને માંસપેશીઓનો ખૂબ વિકાસ થયો છે. અમેરિકાએ પ્રાચીન મીકોના શરીરો પોતાના આદર્શ માટે નજરમાં રાખ્યાં લાગે છે અને પરિણામે અમેરિકન પ્રજાનું, શરીરમૌલિક ખૂબ સારું ખીલ્યું પણુ છે. જીંઘાઈ ખૂબ સારી વધી છે. વજન પણુ ઠીક પ્રમાણમાં વધ્યું છે. રમતગમતનો શોખ ખૂબ વધ્યો છે. વર્તમાન સુખની દરેક સગવડનો ઉપયોગ તેઓ કરી રહ્યા છે. આટલું છતાં પણ આજની પેઢીનું આયુષ્ય આપણા પૂર્વજો કરતાં જરા પણ વધ્યું નથી, કદાચ એ મર્યાદા ઓછી થઈ હશે ! આરોગ્ય-શાસ્ત્ર અને ચિકિત્સાશાસ્ત્ર ખૂબ આગળ વધ્યાં છે. ઘરો ખૂબ સ્વચ્છ, હવાઊંઘસવાળાં બન્યાં છે. આહારશાસ્ત્રનું જ્ઞાન ખૂબ વ્યાપક બન્યું છે. નિશાળોમાં બાળકોનાં શરીરની પરીક્ષા નિયમિત રીતે થાય છે. રનાનાગારો, કીડાંગણો, ચિકિત્સાનિષ્ણાતો-આ બધું ખૂબ પ્રમાણમાં વધ્યું છે. પરંતુ આ બધું છતાંય મનુષ્યની જીવનમર્યાદામાં એક દિવસ પણ વધુ લાગ્યે જ ઉમેરાયો હશે !

અને શરીરનું કદ વધ્યું છે તે સાથે માનસિક શક્તિઓ, અને નૈતિક શક્તિઓ તે પ્રમાણમાં મુદ્દસ વધી નથી. કદાચ એમના શારીરિક વિકાસ અને જૈવિક વિકાસ વચ્ચે વધુ વિસંવાદિતા વધી છે. શરીરવિકાસને આજે જે મહત્ત્વ દેવામાં આવે છે અને અમુક જાતિમાં તેના શરીરના કદને વિકાસ જોવામાં આવે છે તે જાતિ માટે લાભદાયક છે કે તેમની અધોગતિ કરનાર છે તે આજે આપણે સમજી શકતા નથી.

આજની શાળાઓમાં ચપળતા, હોસિયારી વગેરે બાળકોમાં વધેલાં જોવામાં આવે છે. પરંતુ ચારિત્ર્યની દૃઢજાતા પણ એ પ્રમાણમાં

વધતી જતી જોવામાં આવે છે. ચારિત્ર્યની દૃઢતા સાથે શુદ્ધિ પણ ઓછી થતી જાય છે. યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં નિશાબો, કોલેજો, યુનિવર્સિટીઓ આટઆટલાં વધ્યાં છે પરંતુ બૌદ્ધિક વિકાસનું ધોરણ તો તેનું તે જ રહ્યું છે. આવું વિપરીત પરિણામ—paradoxical result—કેમ આવ્યું હશે તે કાંઈક ઊંઘવા જેવો છે.

આજના વિદ્યાર્થીઓને વધુ જીંધની, સારા ખોરાકની અને નિયમિત રોગોની ખૂબ જરૂર પડે છે. એમનું મનઝાતન ખૂબ જ નાણુક થઈ ગયું છે. આ યુગની રહેણીકરણી, મોટાં શહેરોમાં વસવાટ, અવિશ્રાંત દોડધામ આ બધું તેઓ બહુ સહન કરી શકતાં નથી. આ સંજોગોમાં તેઓ સહેલાઈથી લાંબી જાય છે. સ્વચ્છતા (હાઇજન), દવાદાર (મેડિસિન), અને વર્તમાન ટેળવણી આ ત્રણેના વિજયો આપણે માનીએ છીએ તેટલા પ્રમાણમાં જરા પણ ક્ષાલદાયી થયા નથી.

બધા કહે છે કે ચિકિત્સાશાસ્ત્રે અદ્યતન પ્રગતિ સાધી છે, અને રોગો નાબૂદ કરવામાં ખૂબ સહાય કરી છે. બાળકોના ઝાડા, ક્ષય, ડિપ્થેરિયા, ટાઇફોઇડ વગેરે રોગો કદાચ ઓછા થયા હશે, પરંતુ તેની જગ્યાએ નવા degenerative diseases—શરીરનો ક્ષાસ કરનારા રોગો પણ એટલા જ વધ્યા છે. આ ઉપરાંત ઘાનતંતુના અનેક રોગો અને મનના અનેક રોગોની સંખ્યા કરતાં ગાંડાની ઉરિપતાકમાં રાખેલ ગાંડાઓની સંખ્યા વધુ વધી છે. ઉન્માદ પેઠે ઘાનતંતુઓના અનેક વિકારો, બૌદ્ધિક નબળાઈઓ વગેરે ખૂબ વધ્યાં છે. કુટુંબસંસ્થાને બાગવામાં એણે દીકરીક લાગ લગવ્યો છે. એવી રોગોને નાબૂદ કરવા અત્યાર સુધી સ્વાસ્થ્યસંરક્ષકોએ ખૂબ ધ્યાન આપ્યું છે. પરંતુ સંસ્કૃતિ માટે આ માનસિક કચ્ચરદાણ એવી રોગો તરતાં વધુ લયાવહ છે એ યાદ રાખવું ઘટે છે.

યુનાઇટેડ સ્ટેટ્સમાં દર વર્ષે ૧૦ થી ૧૧ કરોડ દરદીઓની વા થાય એવો આંકડો આવે છે. આ માટે ૧૧ લાખ માણસો

એમા રોકાયા છે ૧ લાખ ૪૫ હજાર ડોક્ટરો, ૨ લાખ ૮૦ હજાર નર્સો, ૬૦ હજાર ડેન્ટીસ્ટો, ૧ લાખ ૫૦ હજાર ફાર્માસિસ્ટો—આ દરદીઓની તહેનાતમા રહે છે. હોસ્પિટલોમા ૭ લાખ પચારીઓ છે, ૭૦૦૦ મોટી હોસ્પિટલો, ૮૦૦૦ ક્લિનિકો, ૬૦ હજાર ફાર્મસીઓ છે પ્રત્યેક દર વર્ષે દવા પાછળ ૧૪ કરોડ ૩૦ લાખ ડોલર ખર્ચે છે ! વધારીને જોતા દર વર્ષે ૭૦ કરોડ ડોલર વૈદ્યકીય સંભાળ આપવા કરી જાય છે !

અને હવે હિંદમા પણ આ આકડાઓની સરખામણી કરવામાં આવે છે અને એના કરતા હિંદ ઘણો પછાત રહી ગયો છે એ બતાવવામા આવે છે ! યુરોપ—અમેરિકાનું સામાજિક જીવન અને હિંદના સામાજિક જીવનમા ખૂબ અંતર છે. એ આ ચર્ચા વખતે તદ્દન વીમરી જવામાં આવે છે પશ્ચિમના અંધ અનુકરણ વિના હિંદના વિદ્વાનોને એન પડતું નથી એમ લાગે છે. પરંતુ અત્યંત યશસ્વી બીજાની બુદ્ધિથી દોરાનારા પામર મનુષ્યોની દવા ખાવા જેવી નથી શું ? મોટી હોસ્પિટલોથી અમેરિકાને લાલ કરતા ઘેરલાઓ ઘણા થયા છે—અર્થ રહ્યા છે એમ એક નામાકિત વિદ્વાને લખેલું મને યાદ છે એ મહાન હોસ્પિટલમા દરદી પેસે છે કે લિફ્ટમા જીવકાય છે અને અનેક ખાતામાં, ગળકા તપાસવા, પેશાબ તપાસવા, ગળું તપાસવા વગેરે અનેક જાતના રોગો માટે તેને ફેરવવામાં આવે છે. દરદી બહાર નીકળે છે ત્યારે બધા નિષ્ણાતોના રિપોર્ટોના ચોકડો લઈને આવે છે. આ રિપોર્ટોથી કુશળ ડોક્ટર પણ મુંઝાય છે અને દરદી વધુ બગ્ગ જનીને હોસ્પિટલ છોડે છે. વિજ્ઞાનના રિપોર્ટો જગતમા ઝળકે છે, માનવતા નાશ પામવા લાગી છે. પરંતુ હજી ગાંજવર હોસ્પિટલોનો આપણો મોહ ક્યા ઝોલો યાય છે ? યુરોપ અમેરિકા કરે અને હિંદ ન કરે તો એ પાછળ પડી જાય એ ખીક હજી આપણને છોડતી નથી ! વર્તમાન દવાનાદ માનવતાનો સંહારક બનશે એમ મને તો લાગે છે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર સંસ્કૃતિનું પોષક હોવું

મેંદએ, ભક્ષક નહિ. અવિચારી દવાઓનો મારો, શરીરમાં જાણે પાતમા જ ન હોય એમ માનીને, આજે ચાલી રહ્યો છે; પરંતુ એને છિટવૈદ્ય કહેવાની કોઈ ધૃષ્ટતા કરે તો તે પોતે જ પાગલ ગણાય મેવી દશામાં આજે સમાજ મુકાયેલો છે!

શારીરિક હાસ કરનાર તેમ જ માનસિક કચરધાણુ વાળનાર ને દરદોને અટકાવવામાં જ માનવતાની આશા છે. એ રોગોનાં ક્ષણો દવાવવામાં કંઈ જ અર્થ નથી. વિશાળ અને લગ્ય હોસ્પિટલો ભી કરવાથી ચિકિત્સાશાસ્ત્રની પ્રગતિ મપાય છે એ મોટી ભૂલ છે, અને મોટી ફેક્ટરીઓ ખડી કરવામાં મહત્તા મનાય છે અને મોટી જાવર કાર્મ્સીઓ દવાઓ બનાવવા માટે કરોડો રૂપિયાને ખર્ચે રામવામાં આવે છે. પરંતુ આથી ચિકિત્સાશાસ્ત્રનો અબ્જુદ્ધ વધવાનો નથી. ચિકિત્સાશાસ્ત્રની ખરી પ્રગતિ તો કલ્પના, રોગીઓનું શિક્ષણ, જ્ઞાનબુદ્ધિ પ્રદીપ વડે આતુરના અંતરાત્મામાં અનગાહન હવા, ધ્યાનધારણા અને પ્રયોગશાળાના એકાતમાં નિરવ શાંતિ વચ્ચે રોગીઓની મુદ્દતેય પરવા કર્યા વિના આત્મવિવેચન—આની ઉપર જ ભરે છે. આ વિનાની બધી શાસ્ત્રવિડંબના છે.

પ્રથમનો મનુષ્ય સંજોગો અનુસાર જીવનને પલટો આપીને વધારી કલા જાણુતો હતો. પરંતુ વર્તમાન સંસ્કૃતિએ આરોગ્યશાસ્ત્ર (મનિજન), આરામ, સારો ખોરાક, મૃદુ જીવન, હોસ્પિટલો, ચિકિત્સાકે ને પરિચારિકાઓ—આ બધાંની સહાયથી ઘણી હલકા કોટિનાં લાયક મનુષ્યોને જીવાડ્યાં છે—જીવતાં રાખ્યાં છે. આ માયકાંગલાં ને તેમના વંશજોએ સફેદ પ્રજાઓના જીવનવિકાસ ઉપર જખરી સર કરી છે. મેવકૂદ, સ્વાર્થી, મૂર્ખ અને સમાજને ભારરૂપ વાઓનાં જીવનમાં થોડાં વર્ષો ઉમેરવામાં શો લાભ હશે? આ ઝાનિક સુધારાએ મનુષ્યોને વધુ આરામ (leisure) આપ્યો છે ને આ આરામને લઈને જ એની દૃઢશાના શ્રીગણેશ બેડા છે.

હૃદય, હોઝરી અને આંતરડાં—આ ત્રણ અવયવો ઉપર આપણી ઇચ્છાનો કાબૂ નથી—તેઓ સ્વાયત્ત છે. પરંતુ હવે આ ત્રણેયના દરદો ખૂબ વધ્યા છે અને એ ઉપર એટલું બધું ધ્યાન આપવામા આવે છે કે એમની સ્વાયત્ત સત્તા જોખમાઈ છે અને વારવાર લેવાતા એક્સ-રેના ફોટાઓ તેમ જ અન્ય ઉપચારોથી આ અવયવોની ખરાબી વધુ વધતી જ ગઈ છે. જેની ઉપર આપણી ઇચ્છાનો કાબૂ નથી તેને આપણે આપણી ઇચ્છાને આધીન બનાવવા મથી રહ્યા છીએ. આજે ભલે ફોટાઓ લેવાનો વાથરો વાછ રહ્યો હોય પરંતુ એની માડી માનસિક અસરો નોંધવાનું યંત્ર હજી શોધાયું નથી એટલે એ અસરો કોણ નોંધશે? હૃદયના રોગીને એક વખત હૃદયનો રોગ છે એ જ્ઞાન થયું અથવા કરાવવામાં આવ્યું કે સમજી લેજે કે તે કાયમ માટે જ તેનો રોગી બની જવાનો. વિદ્યાન પોતાનાં યત્રો ભલે શોધે પરંતુ યંત્રની મર્યાદા સમજવાનો વિવેક જ્યાં સુધી નહિ હોય ત્યાં—સુધી સો મણુ તેણે અંધારું જ રહેવાનું. વિવેક વિનાનો યત્રસંચય પૃથ્વી ઉપર દોઝખ ઉતારશે.

ક્રોઈડ નામના માનસશાસ્ત્રીએ જોટલું જગતનું અનિષ્ટ કયું છે તેટલું ખીજા કોઈએ કયું નથી. જાતીય વાસનાઓને બહેકાવવામાં આ વિદ્યાને બળતામાં ઘી હોમ્યું છે અને આ બદવાસનાઓને ઉત્તેજીને નીતિવિનાશને પથે પ્રગ્નઓને પાડી છે. છતાં આજે માનસશાસ્ત્રના મદાપ્રકિત તરીકે ક્રોઈડની ગણના વિદ્યાનો કરે છે એ પણ બુદ્ધિની ખલિહારી જ છે!

આ બધાં બાગતોનો—મદાપ્રશ્નોનો—એક જ ઉત્તર છે. વર્તમાન સુધારો આપણને જરા પણ અનુકૂલ નથી આવ્યો. આપણા ખરા સ્વરૂપના યાન સિવાય તે સૂર્યો છે. વૈજ્ઞાનિકોની whims—ધૂનો—માંદા જન્મ્યો છે. મનુષ્યોની લાલસાઓ, તેમની જમણાઓ, તેમની ઇચ્છાઓ,—આ બધામાંથી એ જન્મ્યો છે. આપણા પ્રયત્નો થકી જો કે આ સુધારો ખડો થયો છે, પરંતુ આપણા કદ અને આકારને

વક્ષમા લીધા વિનાજ એ ખોટા વધ્યો છે વિજ્ઞાન પાતે કોઈ નિશ્ચિત યોજના તો છેજ નહિ તે ગમે તેમ વિકાસ પામે છે એની પ્રગતિ કોઈ સારા સંજોગમા કોઈ સારા માણસના જન્મને લઈને થયેની છે. 'માનવજાતનું કલ્યાણ' એ વિચાર તેનામા છેજ નહિ ઔદ્યોગિક મુશ્કારો પણ કેટલાક ગોઠવેલી ધૂનમાથી જ ખડો થયો છે ને જેનીતિયો, ન્યૂન અને લેવોગ્રીવરે બૌદ્ધિક પ્રતિભાનો ઉપયોગ મનુષ્ય દગર અને મનના અભ્યાસ માટે કર્યો હોત તો આજે જગત છે તેના કરતા નહુ મુખી હોત વિજ્ઞાનના માણસો પોતે કયા ઘસડાઈ રહ્યા છે તેજ તેઓ જાણતા હોતા નથી નસીમ તેમને દોરે છે એમ કહીએ તો ચાલે આ બધા વૈજ્ઞાનિકો એકમીજથી ખૂબ દૂર હોય છે દૂકમા, કોઈ પણ જાતની નિશ્ચિત વિચારણા સિવાય જ આજની વૈજ્ઞાનની બધી શોધો જન્મી છે આ શોધોએ જગતની સિકલ મદની નાખી છે અને જેવા આજે આપણે છીએ તેવા બનાવનાર પણ આ વિજ્ઞાન જ છે

આ જમાનાનું મોટામા મોટું દુષણ—વૈસા મેળવવાની, ધન સચ કરવાની એવણા છે આ ધનાર્જન-ધનપ્રાપ્તિ નિવાય આજનો મનુષ્ય ખીજ બધી વાતોમા બેદરકાર રહ્યો છે વધુ ને વધુ પૈસો કમ મળે તે માટેજ બધા ઉત્સુક અને કાર્યરત છે પોતાના આતર ઝવનતા વિકાસની તેમને કંઈજ પડી નથી આતરઝવનનો વિકાસ અને ચારિત્રની ખીનવણી-આ બેની જરૂર જાહેર આરોગર અને એપી રોગોના ઉપાયો કરતા વિશેષ છે સમાજના સ્વાસ્થ્યનો વિચાર આજે રાય છે તેના કરતા ખીજ રીતે થવાની જરૂર છે ભૌતિક સાધનો—mechanical invention—ની મજ્યા વધારતા જરામા કંઈજ તાલ નથી પદાર્થવિજ્ઞાન અને રસાયનશાસ્ત્રની ગોધોની પણ ઝાઝી જરૂર નથી શુદ્ધ વિજ્ઞાન—Pure Science—એમ તો આપણને મામ કંઈજ નુકસાન કરવું નથી, પરંતુ જ્યારે એ મનુષ્યોના

ચિત્તનું દરજ્જા કરે છે ત્યારે તે ખૂબ જ ભયંકર બને છે મોજશોષ, વૈભવો ધનના ઢગલાઓ આ બધું વધારતા જવાના ગ્રો સાર છે ? મનુષ્યોએ પોતાના આત્મજીવનમાં ડોકિયા કરતા ચલુ જોષએ ' It must leave the physiological in overt to follow the mental and the spiritual' (p 51) કેવળ શરીર નહિ પરંતુ આત્મા અને મનના ચિકિત્સકો જ સમાજના સાચા ચિકિત્સકો છે આજના ચિકિત્સકો પાસે ધનસંચય સિવાય અન્ય વિશુદ્ધ હેતુ જ નથી ઠાઠ પશુ મધ્યની મહત્તા તેની પાછળના હેતુથી વા ભાનથી મપાવી જોષએ સમગ્ર મનુષ્ય લક્ષમાં રાખીને જ માનવચિકિત્સા થવી જોષએ બધી કાઠી જીંટ ધાલવા જેવી આજની ચિકિત્સા-પદ્ધતિ ખૂબ જ વિચારણા માગી રહી છે યાન અને વિજ્ઞાન—Knowledge and Science બન્નેની આપણને જરૂર છે આ બન્નેનો ઉત્કર્ષ આપણું દષ્ટિબિન્દુ વિશુદ્ધ બનાવી શકશે ભાવની વિશુદ્ધિ જ કાયોનું મૂલ્યાકન મપાવુ જોષએ

એપના ૩૨થી એપી રોગોના દરદીઓને દૂર રાખવામાં આવે છે પરંતુ માનસિક અને નૈતિક રોગોને દેખાવતાં યા જન્મભાનતા એપવાડકોનું શું ? શરીરના રોગોની ચિકિત્સામાં રાતદિવસ રમ્યા પમ્યા રહેનાર ચિકિત્સકો યાનતત્ત્વોના અને મનના અનેકગણા ભયંકર રોગો માટે કેમ કંઈ વિચાર કરતા નથી ? અન્યથાના રોગોને—organic diseases—જન્મ આપનાર ટેવો કે પાસિધતો એ કા ભયંકર માનવામાં આવે છે અને ભટ્ટાચાર, ગુનેગાર માનસ અને ઉન્માદ—આ રોગોને લાવનાર કે જન્મલાવનાર ટેવોને કેમ ભયંકર માનવામાં નથી આવતી ? શરીરશાસ્ત્રનું નહિ જેવું થોડુંક યાન પામીને બનેલા ચિકિત્સકો પાસે સમાજે દવા કરાવવાનું છોડવું જોષએ The public would refuse to be attended by physicians knowing nothing but a small part of the body" આજના ચિકિત્સાનિષ્ણાતોને સામાન્ય



ચિકિત્સકોના હાથ હેઠળ થોડાં વર્ષો કામ કરવાની રાજ્યે કરજ પાડવી જોઈએ. રોશિયાલિઝમ એ એક નવો રોગ છે. એના વિષની અસરો ધીમે ધીમે મમાજદેહમાં જણાય છે. ચિકિત્સાશાસ્ત્ર કદમાં ખૂબ પુષ્ટ થયું છે. તેની પાછળ બળવાન મન કે વિશુદ્ધ આત્મા નથી. આથી તે લવંકર બનવા લાગ્યું છે અને હજી બનશે.

અંતે, આ વિદ્વાન વિચારક ઉપસંહાર કરતાં કહે છે કે અનેક મહાન સામ્રાજ્યાં પૃથ્વીના ૧૬ ઉપરથી અદસ્ત થઈ ગયા છે. જે જ્ઞાન ઉદ્ભવ્યું છે તેનો યથાંય ઉપયોગ કરીને શું આ વિનાશને નહિ ખાળી શકાય? આપણું લવિષ્ય આપણા જ હાથમાં છે. પરંતુ હવે આપણે આજથી જ તદ્દન નવે ચીક્ષે ચાલવું જોઈએ. જાઓ સમય થોભવાનો વખત નથી. વર્તમાન યુગ પ્રત્યેકની કસોટી કરી રહ્યો છે. અતિમાનવ મહાપુરુષના માર્ગદર્શન સિવાય બચવાની આશા જોઈતી છે. વ્યક્તિત્વ, અહંતા, અર્ધદગ્ધ વિવેકહાનિ-આ બધાંએ કચ્ચરધાણ વાળ્યો છે. વસ્તુ માત્ર મૂલ્યાંકન માગે છે. વિજ્ઞાન (સાયન્સ) વિજ્ઞાન ખાતર નહિ પરંતુ કેઈ ઉચ્ચ ધ્યેય માટે રાહ જોઈ રહ્યું છે. વર્તમાન યુગના ઓ મુસાફર ! જિંદ, જનગૃહ ધા, પ્રેમલ જ્યોતિને તારો પંથ ઉઘાળવા પ્રાર્થના કર.



## ૪૨ : શાન્ત મૃત્યુ

એક લેખકે યોગ જ કહ્યું છે કે માદા માણસનો ઝોરડો એ પવિત્ર જગા છે જ્યાં સૌ કોઈએ શાંતિથી ધીમે પગને પ્રવેશવું જોઈએ<sup>૧</sup> જે પથારી ઉપર દુખી દરદી સૂતો હોય છે તે યશની વેદી જેવી આત્મસ્થિત માનવી જોઈએ આ વેદી ઉપર દરદીની અદ્વિતા ધીરેવીરે પોતાની જાતની આદતિ આપે છે આથી જ જોટલી નીરવ શાંતિ એ મુમુક્ષુ<sup>૨</sup> પાસે રખાય તેટલી તે જીવાત્મા માટે સારી છે ઘોઘાટ રોકકળ, શોરમકોર આ બધું માદા માણસ પાસે ન હોવું ઘટે સૌથી હૃદયી ઘડીએ મરણોન્મુખ વ્યક્તિના કલ્પાણ માટે સૌ કોઈએ નીરવ શાંતિ ગણવી જોઈએ આ પ્રસંગે મધ્યાત શોરમકોર કરવાથી મરનારનું અહિત થાય છે, પવિત્ર વાતાવરણ તેથી દ્વિપિત થાય છે

મરણ માટેની સાચી તૈયારીઓ તો જીવન દરમિયાન કરેલા સત્કૃત્યો જ છે પરંતુ ગમે તેવા સારા થા માદા કમોં કર્યા હોય તો પણ અતિમ અવસ્થા વખતે ત્રાસ કે અશાંતિ વિના માણસ હસતે મુખડે, હળવા હૃદયે સૌની વિદાયગીરી લઈ શકે છે અને એટલા ખાતર પણ તે વખતે એ જ્યાં સૂતો હોય છે તે સ્થળનું વાતાવરણ શાંત, પવિત્ર, લ વ રાખવું જોઈએ

તેની પ્રિય પત્ની, હેતાળ માતા, પ્રેમાળ નાણકો માટે એ કુર ઘડી ખરેખર વિકટ છે જિંદગી આખી સાથે ગાળેલી હોવાથી પ્રેમના બંધનો હોય છે જ પરંતુ લાગણીને દમાવીને સૌ કોઈએ શાંત રહેવું ઘટે છે તે વખતે પાડેલા આસુ કે મરણ પછીની રોકકળ પ્રેતને બાળે છે એમ કાવિદાસે કહેવું છે<sup>૩</sup>

૧ ' The sick room is a holy place where none but gentle feet might tread All suffering is sacred and admits of no mockery and no abuse '

— ' Rambles in Vedanta '

૨. સ્વજનાશ્ચ કિલાતિ સન્તતં દહતે પ્રેતમિતિ પ્રચક્ષતે ॥

(સ્મૃતશ)

એક વૈદ્ય તરીકે હું આજે સર્વત્ર મૃત્યુ વખતે વૈદ્ય-ડોક્ટરો માટે દોષધામ, ઈન્જેક્શનો માટે સળગાવવામાં આવતા રતવનો અવાજ, ચિકિત્સકની તહેનાતમાં બિલા રહેવાની સૌની તત્પરતા-જોડે હું અને મને દુઃખ થાય છે. ચિકિત્સક તરફનો વધુ પડતો વિશ્વાસ-અદા આના મૂળમાં હશે કે પછી લોકોને બતાવવાની આ લોકપણી-ધેણણ હશે! સાંભળ્યું છે કે કેટલાક શ્રીમંતો મરણ બાદ ૫-૭ ડોક્ટરોને તેડી મંગાવી પોતાના વૈલવનું પ્રદર્શન થાય-પોતાના ઝાતિજનોમાં તેની ઉદારતાની વાતો થાય એટલા ખાતર, ડોક્ટરોને વિઝિટ બોલાવે છે !

ચિકિત્સકોને ખબર તો હોય છે જ કે હવે દરદી જવાનો છે. જો એ ખબર ન પડે તો તેટલે અંશે તે ચિકિત્સક તરીકે અધૂરો છે. તો પછી ચિકિત્સકનો શું ધર્મ નથી કે તેણે જ દરદીનાં સગાં-વહાલાંને સ્પષ્ટ કહી દેવું જોઈએ કે હવે આ બધી ખટપટ છોડો અને સુખેથી દરદીને મરવા દો? આયુર્વેદમાં આવા દરદીની દવા કરવાની સાધ ના પાડી છે. એની પાછળ આવી કોઈ દષ્ટિ જ હોવી જોઈએ એમ મને લાગે છે.

આજે જીવન ધાંધલિયું છે અને મૃત્યુ પણ ધાંધલિયું બન્યું છે. મૃત્યુ વખતનું ગાંભીર્ય, વાતાવરણનું યોગ્ય ગૌરવ ક્યાંય જોવામાં નથી આવતું. કોઈ પણ પ્રજા માટે આ ઘટના અતિ ગંભીર લેખાવી જોઈએ.

પહેલાં મરનાર માણસના કાન ઉપર પડે તેવું વાંચન (ગીતા, ભાગવત વગેરે) વાંચવામાં આવતું હતું. મરનારના કાનમાં એ પવિત્ર શબ્દો પડે તો સારું એમ તેમજીતા હતા. હવે ડોક્ટરોના અભિપ્રાયો, આવનજવન, વગેરે ધમાલમાં એ વાત પણ વીસરાવા લાગી છે. એમાં કદાચ ભણેલાઓને પોતાને સુધરેલા મનાવવા ખાતર orthodoxy લાગતી હશે. ગીતામાં કહ્યું છે કે “જે પુરુષ અંતકાલ

વખતે મારું સ્મરણ કરતોકરતો દેહ છોડે છે તે મારા ભાવને અર્થાત્ વિધ્યુના પરમ સ્વરૂપને પ્રાપ્ત થાય છે દરદી ખરેખર 'એ ભાવને પામે છે કે નહિ' એ શુભ ગતિ પ્રાપ્ત કરે છે કે નહિ એમા લેશમાત્ર સંશય કેઈ એલાવવાની જરૂર જ નથી. 'હે કૌન્તેય-મૃત્યુ વખતે જે જે ભાવને-વિચારને-સ્મરતો કિંવા દેવતાનિશેષનું ચિન્તન કરતો કરતો શરીર છોડે છે, તે તદ્દલાવભાવિત પુરુષ તે જ ભાવને પામે છે' આજના માણસોને આ ભગવાન-વાક્યમા વિશ્વાસ છે કે નહિ તે હું નથી કહી શકતો. હિંદુ ધર્મની આ પુનિત માન્યતા છે અને એ ખરેખર ભવ્ય છે, ઉદાત્ત છે એટલું જ હું કહીશ તેના ઉત્કલ્પનમા જીવનની મંગલ બાબતની અવગણના છે આ ભવ્ય પ્રસંગે શુદ્ધ, કાર્ષ્ટિક, દયાનંદ અને ખીમ કેટલાયે સંતોના જીવનમા પરિવર્તન માધેયું છે એ વાત સૌને સુવિદિત જ છે.

આજે અત સુધી દવાદાર, ઈન્જેક્શનોની ધમાકા ચાલુ હોય છે એ મારે મન-એક ચિકિત્સકને મન-મહુ દુઃખદાયી છે. આના મૂળમા ચિકિત્સકોમા વધુ પડતો વિશ્વાસ પૃથગ્જનોએ મૂકેલો છે તે છે આથી તો સ્વ. બર્નાડ્ શોએ કહ્યું છે કે 'દરેક ડોક્ટરે પોતાના પાટિયા ઉપર સોનેરી અક્ષરોમા લખાવવું જોઈએ કે હું પોતે પણ મર્ત્ય છું-મરણાધીન છું.' ('I too am mortal') પ્રજામા ડોક્ટરવૈદ્યો (અહીં કેઈ વર્ણને ખોડું લગાડવાનો આશય નથી. ચિકિત્સક શબ્દમા વૈદ્ય, ડોક્ટર, હકીમ, હોમિયોપથ-બધાનો સમાવેશ થઈ જાય છે)મા વધુ પડતો વિશ્વાસ મૂળ ધાક્કી બેડેલો

૩ અન્તકાલે ચ મામેવ સ્મરન્મુત્ત્વા કલેવરમ્ ।

યઃ પ્રયાતિ સ મદ્ભાવં યાતિ નાસ્ત્યત્ર સંશયઃ ॥૫॥

યં યં વાપિ સ્મરન્ભાવં ત્યજત્યન્તે કલેવરમ્ ।

તં તમેવૈતિ કૌન્તેય સદા તદ્ભાવભાવિતઃ ॥૬॥

છે. આ દવા સિવાય ચાલેજ નહિ, દવા સિવાય રોગો મટે જ નહિ, આ માન્યતાથી આને દવાખાનાં બિહારવા લાગ્યાં છે. માનવ દેહમાં એવું એક તત્ત્વ છે જે રોગોમાત્રને દવા સિવાય મારા કરી શકે છે એ મૂળ વાત જ બુઝાઈ ગઈ લાગે છે. આ તત્ત્વને આપણાં દર્શનોમાં જીવનયોનિ નામે ઓળખાવવામાં આવેલું છે. કાત્મા નો જ આ પયોય છે. આ જીવનયોનિ પ્રયત્ન (Automatic effort) સકલ શરીરના તંત્રયત્રોનું નિયમન કરે છે. સુષ્પ્ત દશામાં પ્રાણની બિન્નગતિ, અપાનની અધોગતિ, આસોન્ધ્વાસ-બધુ' ચાલુ જ રહે છે. આ જીવનયોનિ પ્રયત્ન છે. આ જીવનયોનિ પ્રયત્ન સર્વદા અતીન્દ્રિય છે—અશુભગમ્ય નથી:—

યત્નો જીવનયોનિસ્તુ સર્વદાઽતીન્દ્રિયો ભવેત્ ।

શરીરે પ્રાણસંચારે કારણં પરિકીર્તિતમ્ ॥<sup>૪</sup>

શરીરની સકલ ક્રિયાઓ-પ્રાણસંચારમાં આ જીવનયોનિ જ એક માત્ર કારણ મનાય છે.

આસોન્ધ્વાસની ક્રિયા, નિમેષોન્મેષ, મનની ગતિ, ઇન્દ્રિયોના વિકાર, સુખ, દુઃખ, કન્ઠા, દેવ, પ્રયત્ન વગેરે અનુભવો આ સૌ આત્માનાં લક્ષણો છે.<sup>૫</sup> આ જ વાત ચરકે અને સુશ્રુતે પણ કહેલી છે.<sup>૬</sup> હિંદુ દર્શનશાસ્ત્રોમાં આ જીવનયોનિને ખૂબ જ મહત્ત્વ આપવામાં આવેલું છે. “જેવી રીતે ગૃહસ્વામી ભગ્ન ગૃહનો પુનરુદ્ધાર કરે છે, તેવી જ રીતે દેહાધિષ્ઠાતા આહારાદિદ્વારા શરીરનું પોષણ અને સંવર્ધન કરે છે. કાર્ત્ત્વ અંગ બળી ગયું હોય તો

૪ ન્યાયસિદ્ધાન્તમુક્તાવલી,

૫ વૈશેષિક સૂત્ર ૩ । ૨ । ૪૫

૬ ચરક શારીરસ્થાન અ.૧/૭૦-૭૨ સુશ્રુત શા.૧/૧૭.

અંદરથી એ નવીન માંસથી ભરી દે છે. શરીરરૂપી ગૃહનો અધિષ્ઠાતા આત્મા જ છે એ આથી સિદ્ધ થાય છે.<sup>૭</sup>

આ ગૃહ તત્ત્વનું વિરમણુ ન્યારથી થયું છે ત્યારથી મેડિકલ સાયન્સ ખૂબ ફાલ્ગુફલ્યું છે. શ્રી અરવિંદે આ વાત તેમની લાક્ષણિક શૈલીમા સુદર રીતે રજૂ કરેલી છે. તે કહે છે કે "આપ-ણ્યામાં રહેલ આ નિગૂઢ શક્તિ એ જ ખરો ડોક્ટર છે અને તેના તરફનું સ્વાર્પણ એ જ રોગમાત્રની રામચાણુ માત્રા છે વા ઇલાજ છે. મરણુજીવનની ચિંતા મનુષ્યોએ રાખવાની જરૂર નથી. શરીરમાં રહેલા એ અનન્ત વિશુ જ કલ્પ", અકલ્પ", અન્યથા કલ્પ" સમર્થ છે તો પછી જોતજોતામાં ગભરાઈ જવાની શી જરૂર છે? દવાદાર તરફ મીંટ માડવા કરતાં એ શક્તિનું ધ્યાન ધરવું શું ઓછું શ્રેયસ્કર છે? લાખો ચિકિત્સકોના ઈલાજો કરતાં એ પરમાત્મ-શક્તિ કયાંયે અધિયાતી છે એમ આખરે તમને સમજશે."

હજારો દવાઓની સહાયથી રોગ સારો કરવાની નેમ ચિકિત્સકોની હોય છે. પરંતુ દવાઓ શરીરનો અધિષ્ઠાતા કે કુદરતનો સ્વામી નથી જ. એક વખત એવો હતો ન્યારે માણસ તંદુરસ્ત હતો પરંતુ ન્યારથી મેડિકલ સાયન્સે આ પ્રિમિટિવ માણસના

---

७ यथा गृहपतिः भग्नस्य गृहस्य निर्माणं करोति लघ्वीयो वा गृहं वर्धयति देहाधिष्ठाता गृहस्थानीयस्य देहस्य आहारादिना वृद्धिमुपचयं करोति क्षतं च मेयजादिना प्ररोहयति भग्नं च करचरणादि संरोहयति तथा च गृहपतिरिव देहस्य अधिष्ठाता सिध्यति इति ॥

રોગો મટાડવા બીકું ઝડપ્યું છે ત્યારથી જ એનું સ્વાસ્થ્ય બગડ્યું છે અને એ હજારો વ્યાધિઓમા સપડાયો છે.. ૮

આજના માનવના મનમા આ વાત દસાવવી મુશ્કેલ બની છે કારણ કે તેનામા રજા પણ આધ્યાત્મિકતા રહી જ નથી પ્રથમ દરદોના પ્રતીકાર કુદરતે આપેલી ક્ષમતા<sup>૯</sup> પોતે જ કરી લેતી આજે વ્યાધિનો ડર એટલો બધો દૃઢ થઈ ગયો છે કે આ સાદી વાત સમજાવવા માટે તેમના મગજમા કદાચ ઓપરેશન કરવું પડે !

૮ The spirit within us is the only all efficient doctor and submission of the body to it the one true panacea

God within is infinite and self-fulfilling will Un-affected by the fear of death canst thou leave to Him, not as an experiment ( but ), with a calm and entire faith thy ailments? Thou shall find in the end, He exceeds the skill of a million doctors

Health protected by twenty-thousand precautions is the gospel of the doctors but it is not Gods evangel for the body, nor Nature's

Man was once naturally healthy and could revert to that primal condition if he were suffered, but medical science pursues our body with an innumerable pack of drugs and assails the imagination with ravelling hordes of microbes

I would rather die and have done with it than spend life in defending myself against a phantasmal siege of microbes If that is to be barbarous, unenlightened, I embrace gladly my Cimmerian darkness

Advent-August 1953 Thoughts and Glimpses

૯ Immunity ઇમ્યુનિટી સમજાવવા અડપટી સંજોગો આઠ બેર ૬૫-૫૫૧માં આવેલો છે !

મૃત્યુનો ભય એ પણ આ અગાન દશાનું જ પરિણામ છે. મૃત્યુનો મહિમા અપાર છે જીવનરૂપી મહાસાગરમાં મૃત્યુ તો એક બુદ્ધબુદ્ધ માત્ર છે. મૃત્યુ ન હોત તો જીવન જ ન હોત. આથી કવિઓએ મૃત્યુને જ જીવનની સ્વાભાવિક સ્થિતિ લેખી છે અને જીવનને એક વિકૃતિ. ૧૦ ઘણા લેખકોએ મરણની પ્રશસ્તિ ગાયેલી છે. ૧૧

મૃત્યુ વખતે લિંગશરીર-અતિવાહિક દેહ-શરીરમાંથી છૂટું પડે છે. સાવિત્રી ઉપાખ્યાનમાં ‘અંગુષ્ઠમાત્ર પુરુષ’ નું વર્ણન છે તે આ જ છે. આ લિંગશરીર પોતાની સાથે સકલ સંસ્કારો વહન કરી જાય છે. ‘જીવ’ ની સદ્ગતિ માટે આ વાત સમજવી આવશ્યક છે. ગીતાએ મૃત્યુને ‘દેહાન્તરપ્રાપ્તિ’ તરીકે ઓળખાવેલું છે. ધીર લોકો આવા મૃત્યુનો શોક નથી કરતા. “મૃત્યુ મરી ગયું રે લોલ” ગાનાર કવિએ મૃત્યુના મહિમાને સારો ન્યાય આપેલો છે. તો આવા મંગલ મૃત્યુ વખતે માંગલ્યની બધી સામગ્રી ધરવી જ ઉચિત છે શ્રી રામનારાયણ પાકે મૃત્યુ વખતના ‘હેના દર્શન’ નું સુંદર કાવ્ય આપણને આપ્યું છે તેથી જ આ લેખનો ઉપસંહાર કરીશું.

ધમાલ ન કરો, જરાય નહિ નેન, લીનાં યશો,  
ઘડી જે ઘડી જે મળી, નયનવારિ, થયો જરા;  
કૃતાર્થ થઈ લો, ફરી નહિ મળે જ સૌન્દર્ય આ,  
સદા જગત જે વડે હતું સદન્તું માંગલ્ય કે!  
ધમાલ ન કરો, ધરો બધી સમૃદ્ધિ માંગલ્યની  
ધરો અગુરુ દીપ ચંદન ગુલાલ ને કુંકુમ;

૧૦. મરણ પ્રકૃતિ: શરીરિણામૃ વિકૃતિ: જીવિતમુચ્યતે વૃધે: ॥

રણુવંશમાં કાલિદાસ.

૧૧ ‘મોત ઉપર મનન’ આ પુસ્તક આ વિશે લેવા જેવું છે.



ધરો કુસુમ શ્રીફલો, ન ફરી જીવને આ યવો  
 સુયોગ અણુમૂલ મુદર સુહાગી માગલ્યનો !  
 ધમાલ ન કરો, ન લો સ્મરણ કાળ ચિહ્ને કશું,  
 ગદ્ય ત્રિકમતુ જ અન્ત સુધી જેઠ સૌન્દર્ય તે  
 અખડ જ લાયે રહ્યું, હૃદયગ્યાન તેનું હવે  
 ન સ્મરણ વા ન કો સ્વજન એ કદી પૂરજો  
 મળ્યા તુજ સમીપ અગ્નિ ! તુજ-પામ જુના થિયે  
 કહે તુજ અધિક લબ્ય મગલ નથી શું એ મુદરી ? ૧૨

મૃત્યુ વખતની ધમાલ કવિને પરિચિત છે. એટલે ‘ધમાલ  
 ન કરો’ ‘નયનવારિ યજ્ઞો જરા’ એ દ્વારા આપણા આ સામા  
 જિંદ દુષણોનો ઈસારો કરેલો છે. મૃત્યુ વખતે માગલ્યની બધી જ  
 સામગ્રી ધરવા કવિ આપણને કહે છે. અગર, ચંદન, ધૂપ, દીપ,  
 પુષ્પમાળાઓ વગેરે મંગલ ચીજો છે. મરણ પામતા માણસ પાસે  
 આવા ચીજો ધરવી જોઈએ એના ઝોરડામા સુગંધી ધૂપનો મલમ-  
 મઘાટ, પુષ્પોનો પરિમન અને નીરવ શાંતિ હોવા જોઈએ. અથવા  
 કોઈ આત્મોન્નતિકર વાચન વા ગાન ચાલવું જોઈએ. દેઃ સુધી  
 દવાદારના રંગડા, ઇન્જેક્શનો વગેરેથી દૂર રહેવું જોઈએ. દરદી તો  
 બીચારો બેલાન વા અર્ધજીવત અવસ્થામા હોવા શ્વાસ ઘૂંટતો હોય  
 છે એના મગાવફાવાએ સમજવું જોઈએ કે જીવાત્મા દેહ છોડવાની  
 તૈયારી કરે છે, દેહ પોતાની અહતાને મૃત્યુની વેદીમા હોમી રહ્યો  
 હોય છે, પોતાના સમગ્ર ભૂતકાળનું ચિત્ર તે જોતો હોય છે; આવે  
 વખતે પ્રભુની પ્રાર્થના, સુગંધી ધૂપ, દીપો દીવો, પુષ્પોનો પમરાટ-  
 આ જ જાણે. લગવાનના બોલ છે કે મૃત્યુ વખતે જે જે લાન સાથે  
 મનુષ્ય જાય છે તે તે લાવવાનો એ યાવ છે આપણા જીવન લાયે  
 દુખી હો, પરંતુ આપણા મૃત્યુ સુખગય યાવ એ ગિયતિ સર્જવી  
 આરમ્ભ છે.

## ૪૩ : રેતીના ઢુઆઓ

ગુજરાતી વનસ્પતિશાસ્ત્રી શ્રી જયકૃષ્ણલાલ ઇન્દ્રજીએ કચ્છ-માડવી આગળ રેતીના ઢુઆઓ ( Sand Dunes ) દર્શાવવા જે લગીરથ પ્રયત્ન આદર્યો હતો, અને એમાં ઘણી સારી રીતે ફોટોગ્રાફ પણ થયા હતા. એનો કંઈક અંશે ખ્યાલ આપવાના ઇરાદાથી આ લેખ લખવા પ્રવૃત્ત થયો છું.

ગુજરાતના લોકો માટે ઢુઆ શબ્દ તદ્દન નવો છે. સમુદ્ર-કિનારે રહેતા કાઠિયાવાડીઓ અને કચ્છીઓને ઢુઆ શબ્દ પરિચિત છે. ઢુઆનો સાદો અર્થ રેતીના ઢગલા એવો થાય છે.

નદીઓનાં પાણીનાં પૂર સમુદ્રમાં ફલવાય છે એ સાથે નદીની રેતી પણ સમુદ્રમાં જાય છે. આ રેતીને સમુદ્રકિનારે કાઢી નાખે છે. કિનારે જમા થયેલાં રેતીને ધવનના અપાટા દૂર દૂર સુધી ઊડાડે છે અને પરિણામે સમુદ્રકિનારા આગળ રેતીના ઢગના ઢગ જામેલા નજરે પડે છે. કાઠિયાવાડના કિનારા ઉપર આવી જતના રેતીના ઢગ હાલમાં જીજી પ્રમાણમાં જોવા મળે છે, પણ કચ્છના સમુદ્ર-કિનારા ઉપર રેતીના ઢુઆ ખૂબ જ જોવામાં આવે છે.

આ દુનિયાની સાત ટકા જેટલી પૃથ્વીની સપાટી રેતીના ઢુઆ-ઓથી વ્યાપ્ત થયેલી છે. ન્યૂઝીલેન્ડમાં ઊડતી રેતીનો વિસ્તાર ત્રીસ હજાર એકર જેટલો છે અને તેને કેમ અટકાવવી તેના વિચારમાં ત્યાંના બુદ્ધિવાન સ્ત્રીપુરુષો પડેલાં છે. હોલાન્ડ દેશનું અસ્તિત્વ આ રેતીના ઢુઆના સુરક્ષિતપણા ઉપર જ નિર્ભર છે. હોલાન્ડમાં રેતીના ઢુઆઓને સાચનવામાં આવતા ન હોત તો આજે નકશામાંથી હોલાન્ડ નામ ખૂંસારી ગયું હોત. ઇંગ્લિશના દરિયાકિનારા ઉપર રેતીના ઢુઆનું અસ્તિત્વ ન હોત તો આજે ઇંગ્લિશ ન હોત અને ક્ષત્રુપ નાઇલ પ્રદેશ આજે સાવ કુંગરાઉ મુલક બની ગયો હોત.

એક રીતે જોતાં આ રેતીના દુઆ ધણા ઉપયોગી છે. સમુદ્રને આગળ વધતો અટકાવનાર આ દુઆ જ છે. દુઆ ન હોત તો સમુદ્રનો વિસ્તાર આજ છે તેના કરતાં અતિ ઘણો વધી ગયો હોત.

જેણે કચ્છ માંડવી જોયું હશે તેને રટીમરમાંથી ઉતરતાં વેંત જ રેતીના દંખોનાં દર્શન થયાં હશે. કેટલાયે મકાનો રેતીમાં દટાઈ ગયાં છે એ હજી પણ જોઈ શકાય એમ છે. જ્યારે પવનના સુસવાટા વાતા હોય ત્યારે રેતીના ઠણોને ઊડતા આપણે જોઈ શકીએ છીએ. આવું છે છતાંયે માંડવી આગળના રેતીના દુઆઓને અટકાવવાનો અથવા તો દુઆની ઊડતી રેતી દબાવવાનો પ્રયત્ન રાજ્ય તરફથી થયો નથી.

માંડવીની પશ્ચિમમાં પાંચ માઈલ દૂર કાઠડા રાજમહેલ આવેલો છે. કાઠડા ગામના નામ ઉપરથી રાજમહેલ કાઠડા-રાજમહેલ નામે ઓળખાય છે. આ મહેલ સમુદ્ર-તટ-નિવાસ (Seaside Residence) છે અર્થાત સમુદ્રકિનારાની ઉપર જ બાંધવામાં આવેલો છે. મહેલ બાંધવો શરૂ થયો હતો પણ પાસે જ અતિ નિકટમાં આવેલા દુઆઓ ઉપરથી ઊડતી રેતી જો ન અટકાવી શકાય તો મહેલમાં વસવું મુશ્કેલ થઈ પડે એમ નામદાર મુવરાજ કુમારશ્રીને લાગ્યું એટલે એ રેતી કેમ અટકાવવી તેના વિચારમાં તેઓશ્રી પડ્યા. બેત્રણ સારા વિદ્વાન યુરોપિયન એન્જિનિયરોની સલાહ લીધી. એ સાહેબોએ કરોડો રૂપિયાનો અંદાજ દર્શાવ્યો અને નાની રેલ નાંખીને રેતીને ડબાઓમાં ભરીને પહોંચોની ખીણોમાં દાલવવી એવો વિચાર દર્શાવ્યો. કચ્છના નામદાર મહારાવશ્રી જેવા ચતુર અને દીર્ઘદષ્ટિવાળા પુરુષે એન્જિનિયરોની ભુદ્ધિની કસોટી કરી લખને તેમને વિદાય કર્યાં. થર્વેતની ખીણોમાં રેતી ઉપાડી ઉપાડીને ભરવી એ કામ કેટલું અશક્ય છે એ ચતુર મહારાવશ્રી તરત જ સમજી ગયા.

થોડા વખત પછી કચ્છના મહારાવશ્રીએ જયદ્રથ્યુભાઈને તેડાવ્યા, બધી ઘટના કહી સંભળાવી અને તેમનો પોતાનો અભિપ્રાય

જાણવા ક્ષમ્ય છે. દર્શાવી. જ્યકૃષ્ણભાઈને યુરોપિયન એન્જનિયરોની યોજનાથી ખૂબ જ હસવું આવ્યું. છેવટે તેમણે પોતાની યોજના-યોજના જેવું તો કંઈ ન હતું-કેવળ વિચાર જ દર્શાવ્યા.

જ્યકૃષ્ણભાઈ ૧૯૫૩ માં કચ્છ ગયા અને કાઠડા રાજમહેલ આગળના રેતીના ઢુઆઓ દબાવવા, ઊડતી રેતી અટકાવવાના કાર્યમાં લાગ્યા.

પોરબંદરમાં ઊડતી રેતી અટકાવવા માટે જ્યકૃષ્ણભાઈએ પ્રયાસ કયો હતો અને તેમાં તેમને સારી ફતેહ મળી હતી. આ જ ઉપરથી જ્યકૃષ્ણભાઈએ કચ્છમાં આવી આ ભગીરથ કાર્ય ઉપાડવાની હિંમત ધરી હતી.

ઓફ્ટેડ કેરી નામનો વિદ્વાન લખે છે:

“કુદરતના નિયમોને યસવતી” ચવાથી જ કુદરત ઉપર વિજય મેળવાય છે. જ્યાં સુધી માણસ આસપાસનનો પાક શીખતો નથી ત્યાં સુધી માણસ કુદરતના પૂતળા જેવો જ રહે છે.” \*

જ્યકૃષ્ણભાઈએ ઢુઆઓનું નિરીક્ષણ કરવા માંડ્યું. ઢુઆ ઉપર અને તેની આસપાસની જમીન ઉપર કુદરતી રીતે શું શું ઊગે છે તે તેમણે જાણી લીધું. ઢુઆની રેતી ઊડતી અટકાવવી હોય તો શું કરવું જોઈએ એનો પણ એમણે પરિસ્થિતિનો વિચાર કરીને અભ્યાસ કરવા માંડ્યો. શરૂઆતમાં તેમણે બે કામ કરવા માટે રાજ્યની પરવાનગી માગી:— (૧) ઢુઆની જગા બહુ જ સુરક્ષિત (strictly reserved) રાખતી. આ પહેલાં ઢુઆઓ દરેક માણસ તેમ જ પશુ માટે પ્રુહા હતા. દોર કુમળા નાના છોડવાઓને જડમૂળથી ઉખેડીને ખાઈ જતાં હતાં. છોડ વધારે મજબૂત હોય અને મૂળ સાથે ઊપડી આવે એવો ન હોય તેની ડાળાઓ, પાન વગેરે ખાઈ

---

\* “Nature is conquered by obeying her, and man is but her puppet until he learns the lessons of obedience.”

જતાં. થોડાંક ગુંદી, સમડી જેવાં નાનાં ઝાડવાંને લોકો બળતણ માટે કાપી લઈ જતા હતા. આ બધા માટે દુઆઓને બહુ જ સુરક્ષિત રાખવાની જરૂર જણાઈ અને તે માટે રાજ્યે રજા પણ આપી. અને (૨) રાજમહેલની પશ્ચિમ દિશામાં દુઆઓની પાસે જ થોડાં ખેતરો આવેલાં છે. ચોમાસામાં જ આ ખેતરોમાં મક, મગ જેવું કંઈ વાવવામાં આવતું અને બાકીના આઠ માસ સુધી આ ખેતરો ખાલી પડી રહેતાં. રેતાળ જમીનને ખેડવામાં આવતી હતી એટલે પાક લઈ લીધા પછીથી આ ખેતરોમાંથી રેતી અને ધૂળ ખૂબ જ ઊડતાં જે રાજમહેલ આગળ કામ કરતાં સ્ત્રીપુરુષોને ખૂબ જ ત્રાસ આપતાં હતાં. વળી દુઆઓ ઉપરથી રેતી જડી આવીને આવાં ખેતરોમાં ભેગી થતી એટલે કેટલીક જગાએ રેતીના મોટા ઢગ પણ જમ્યા હતા. આને માટે રાજ્ય તરફથી આવાં બધાં ખેતરો યોગ્ય વળતર આપીને ખરીદી લીધાં. આ ખેતરો માથુસ તેમ જ પશુઓથી રક્ષિત (reserved) રાખવા માટે પરવાનગી માગવામાં આવી જે મળી હતી. આ માટે સખત મહેનત કરી શકે એવા કેટલાક રખવાળો રાખવામાં આવ્યા હતા.

આવી રીતે રક્ષિત થયેલા પ્રદેશોમાં વરસાદ થવા પછીથી નવી નવી વનસ્પતિઓ આપોઆપ ઊગવા લાગી; અને જે વનસ્પતિનાં મૂળિયાં જમીનમાં હયાત હતાં, જેને ઢોર ઊખેડી શક્યાં ન હતાં, તે પણ લીલીછમ થવા લાગી. આને લીધે એક વર્ષમાં તો ઘણીયે નવી નવી વનસ્પતિઓ ઊગી નીકળી અને ઘણાખરો ભાગ તો લીલોછમ છવાઈ રહ્યો. આપોઆપ ઊગી નીકળેલી આ વનસ્પતિઓની એક યાદી જયદ્રથજીભાઈ એ કરી લીધી અને બીજી કેટલીક નવીન વનસ્પતિઓની યાદી પણ તેમણે તૈયાર કરી.

પોરબંદરમાં ઊડતી રેતી અટકાવવા માટે તેમણે જુરી (Casuarina), અજૂરી, તાજિયેરી, પારસપીપળો, લીંબડો, કરંજ વગેરે ઝાડોનો ઉપયોગ કર્યો હતો, એટલે અહીંનાં પણ એ બધાં જ

વાવવાં શરૂ કર્યાં. પણ પોરબંદરમાં રેતીના ઢુઆઓ આટલા મોટા હોયા ન હતા તેમ જ રેતી પણ આટલી છૂટી (loose) ન હતી, એટલે પોરબંદરનો અનુલવ કચ્છમાં કામ ન આવ્યો. પરિણામે નવા આડો રોપવાની યોજના પડતી મૂકવામાં આવી અને જે જે આડ-છોડ ફૂટી નીકળ્યા હતા તે બધાની રક્ષા પાછળ ખૂબ જ ધ્યાન આપવામાં આવ્યું.

પશ્ચિમ દિશા તરફ જે ખેતરો હતા, ત્યાંથી પવન ખૂબ જ ફુંકાતો હતો, એટલે એ દિશા તરફ, રાજમહેલની સામે કેટલાંક આડોતી હારા (Shelter Belts) બનાવવામાં આવી. આવી હારોનીચે પ્રમાણે બનાવવામાં આવી હતી :—

પહેલી હાર—વડની. દરેક વૃક્ષ ૪૦ ફીટને અંતરે વાવવામાં આવેલું. દર એ વડની વચ્ચેની જગ્યામાં લાસો કેવરો (Spinless Pandanus) વાવવામાં આવેલો.

• બીજી હાર—ખરસાંડી થોરની. અખંડ વાડ જ કરવામાં આવી હતી.

ત્રીજી હાર—ખજૂરીની.

ચોથી હાર—કરંજ, જુરી, પારસપીપળાની.

પાંચમી હાર—ખજૂરી (Phaenix Dactylifera) ની.

છઠ્ઠી હાર—આવળની.

સાતમી હાર—ખજૂરીની.

આઠમી હાર—વડની

નવમી હાર—વડ-કરંજની.

દશમી હાર—દીવેલા અને નાળિયેરીની.

આ દરેક હાર વચ્ચે દશ ફીટનું અંતર રાખવામાં આવ્યું હતું. આ આડોતે લીધે પવન રોકાવા લાગ્યો અને ઊડતી આવતી રેતી પણ આગળ આવતી બંધ થવા લાગી. આ હારોની પાછળનાં ખેતરોમાં વિવિધ જાતની વનસ્પતિઓ આપોઆપ ઊગી નીકળી હતી અને બીજી કેટલીક વનસ્પતિનાં ખીજ ત્યાં વેરવામાં આવ્યાં હતા.

પહેલા એ ખેતરોમાં ત્રીણી બોરિગણી (Solanum Minamum) ઉગેલી જોવામાં આવી હતી એ જ જગા રક્ષિત બન્યા પછીથી પહેલે જ વર્ષે તેમાં લાગ્યો (Indigofera Cordifolia) થયો ખીજે વર્ષે આપોઆપ લાગ્યો જોડો થયો અને તેની જગાએ દુર્વા અને શરપુખ તેમજ રણમેઘી (Crotalaria Medicaginia) ઊગ્યા ત્રીજે વર્ષે એ જ જગાએ દુર્વા ધણી જોડી થઈ ગઈ, લાગ્યો તદ્દન નહિ જેવો જ દેખાયો અને તેને બંને શરપુખાનું વન થઈ ગયું આ નિરીક્ષણ ઉપરથી જ્યઃકૃષ્ણભાઈએ જાણ્યું કે સશસ્ત્ર માણસો જેમ નિર્મળ માણસોને હાનિ ઠાકીને પોતાનો પગપેમારો કરે છે તેમ જ નાના દુર્મજ છોડવાઓને હાકી ઠાકીને મોટા સશક્ત છોડવાઓ પણ પોતાનું સ્થાન જમાવે છે કુદરતનું નિરીક્ષણ કેટલું બોધપ્રદ છે તે આ ઉપરથી સમજાય છે

અત્યારે આ બધા ખેતરો સીંવાઈમ થઈ ગયા છે, વચ્ચે વચ્ચે ખડા થયેના રેતીના ઢગો પણ વનસ્પતિથી છવાઈ ગયા છે, રેતીના હણુ સરખો ઠીકી સકતો નથી અને દર વર્ષે દર દરથી પણ માણસ કે પવનને સીધે નવીન ખીજે ત્યાં આવીને પડે છે અને નવીન નવીન છોડ દેખા દે છે મહેન ઉપરથી પશ્ચિમ દિશા તરફ જોનાથી હવે આખને તૃપ્તિ થાય એવી સીંલોતરી જણાય છે પહેલા આ ખેતરો કેવા હતા અને અત્યારે કેવા થયા છે એ જોવું જોયું છે તે ધડીભર ચકિત નયને આ દ્રશ્ય જોઈ રહે છે અને જ્યઃકૃષ્ણભાઈની વાહવાહ હિચારે છે

સમુદ્રકિનારા ઉપર આવેલા રેતીના દુઆઓ જેમાં કેટલાક ૮૦-૮૫ ફીટ જેટલા ઊંચા છે, તેની ઉપર પણ આ જ પદ્ધતિએ વનસ્પતિઓ ઉગાડવામાં આવી હતી પહેલે વર્ષે જે જે વનસ્પતિ વરસાદ પછી ઊગી નીકળેની તેની નોંધ રાખવામાં આવી હતી ખીજે વર્ષે એ વનસ્પતિઓનો વિસ્તાર ખૂબ જ વધારો હતો દુઆ ઉપર ઊગતી વનસ્પતિઓ જાને જોના સિવાય વાચકોને તેનો પૂરો ખ્યાન

નહિ આવે આ વિશે હું આખો ગ્રન્થ સરાય એટલું લખું તો પણ તેની ખરી સ્થિતિ વાચકોને નહિ આવે આ બધી વનસ્પતિઓ જે કામ કરે છે તે જોઈને તો પ્રભુની અગાધ લીલાનો આપણને સુદર પરિચય મળે છે કયા ૬૦-૭૦ ફીટ જેટલા ઊંચા રેતીના ઢગ અને કયા તેની ઉપર એકાદ મોથ જેવી નાની વનસ્પતિનું જીગવું ! પ્રથમ તો એ ત્યાં શી રીતે જમી હશે તે જ આપણને નવાઈ લાગે છે એટલી ઊંચાઈએ એવડી નાની વનસ્પતિએ પાણી કયાથી મેળવ્યું ? અને રેતીમાં પોતાના મૂળ કેટલે ઊંડે ધાડ્યા હશે ! મેં આ દુઆ ઉપરની દશમા વનસ્પતિઓના મૂળ કેટલે ઊંડે સુધી સુધી પથરાયેલા તે જોવા માટે જાતે તે ખોદી જોયા છે ઉપરથી નાનીશી દેખાતી મોથના મૂળિયા જ્યારે ખોદવા મેઠા ત્યારે નીચે મૂળિયાના અસખ્ય ફાટાઓ, એકબીજામાં ઘૂંચાયેલા અને એવી રીતે જાણ થયેલા જણાયા ચારપાંચ હાથ જેટલું ખોદો પણ તેના અંત ન આવે ! એક મૂળિયામાંથી હજારો રેસાઓ અને નાના વાળ જેવા મૂળિયા ( root-hairs ) દૂરદૂર સુધી લખાય છે અને એવી રીતે નીચેથી રેતીને જાણે કે બાધી જ લેતા હોયને એમ જણાય છે

એક ખીપ (Leptadania Jacquemontii) પોતાનો જે વિસ્તાર ફેલાવે છે તે જોઈને પણ આશ્ચર્યમાં ગરકાવ થવાય છે સોદોઢસો ફીટ જેટલે અંતરે તે પોતાના મૂળિયા ફેલાવે છે અને એક છોડથી સો ફીટને અંતરે બીજો છોડ અચાનક આપણા જોવામાં આવે છે આ બધું સમજાવું ન હતું એટલે જ્યદ્દજ્યલાઈએ એક ખીપના મૂળિયા ખોદાવી જોયા હતા તમે ખોદ્યા જ જાઓ ખોદતા તમે થાકી જાઓ પણ મૂળિયાનો પતો ન જ લાગે ખસો ફીટ જેટલે દૂર ખીપ પોતાના મૂળિયા વિસ્તારે છે અને મૂળ જોયું હોય તો પાણીથી લરેલું, લીલું જમ !

નાની ધુર (Aerva Monsonia) નો છોડ ઓહોહો ! શો સુદર જણાય છે ! એનો સફેદ પુષ્પમંડપ જોઈને ત્યાંથી



ખસલું ગમતું નથી. જમીન ઉપર આ છોડ બહુ તો ૩ થી ૬ ફીટ જેટલો ઊંચો દેખાય છે પણ એનાં મૂળિયાં પણ ૪૦-૫૦ ફીટ જેટલાં લાંબાં જોવામાં આવે છે. મૂળ દૂર દૂર લંબાતાં જાય, અમુક અમુક અંતરે ઉપરથી ફણુગા ફૂટતા ચાલ્યા જાય છે !

ખેડી સમડી (Prosopis Stephaniana) ધણાખરાએ જોઈ હશે. જમીન ઉપર તેનું એક નાનું મૂળ જમીનમાં ધણાએ જોયું હશે. આનાં મૂળ કાઢીને જોયાં છે ? આ સમડીનાં મૂળિયાં જમીનમાં ૫૦-૬૦ ફીટ જેટલે ઊંડે ગયેલાં હોય છે. અમુક ફીટ મોઢો કે એક મૂળિયાંનું ચક્ર જણાશે. જાણે કે પહેલો માળ ! પછી ૧૧ મૂળ નીચે ઊતરે છે અને અમુક જોડાણ પછી બીજો માળ આવે છે. આવા કેટલાયે માળો રચીને સમડીનું ઝાડ પોતાનું મસ્તિસ્ક ટકાવે છે. ઉપરથી નાનું દેખાય પણ અંદરથી જોતાં જ નો વિરાટ વિસ્તાર જણાય છે, અને આ સાથે ગર્ભમાં અગ્નિ સિંચિત્તે છે. આવો એક સમડીનો છોડ ઊગી નીકળ્યા પછી તે પોતાનો વિસ્તાર ફેલાવવા માગે છે. મૂળિયાં આડેઅવળે લંબાવીને દૂરદૂર યુગા ફૂટે છે અને એક માતાની આસપાસ જેમ ૧૦-૧૨ સંતાનો ટાંકાઈ વળે તેમ એક મૂળ વૃક્ષની આસપાસ બીજાં ૧૦-૧૨ ઝાડવાં ગોલાં જણાય છે. ઊડતી રેતી અહીં આગળ પડે છે. સમડીનાં ૧૧ તેના ઉપર ખરે, બેજ થાય, રેતી દબાય અને આજુબાજુની જમીન કરતાં એ જમીન ઊંચી થયેલી જણાય. આ શમીચુધમાં છી બીજી વનસ્પતિનાં બીજ આવી આવીને પડે છે અને તેની ડાયામાં પોતાનું નવજીવન શરૂ કરે છે. દીર્ઘમૂલ અને અગ્નિગર્ભા શમીને જોતાં વેંત જ અને મનુષ્યનું જીવન કેવું હોયું જોઈએ તે ખ્યાલ આવે છે. બહારથી નાનું, આડંબરહીન અને શાંતતાં અંદરથી પ્રચંડ અગ્નિને ધારણ કરી રાખતું આ ઝાડ જાઈને જણાશે. ધણું નવું શીખી શકે એમ છે. જયકૃષ્ણલાઈ શમીને વિનોદમાં ગિરાજ કહે છે-ખરેખર નામ સાર્થક છે.

રેતીના ઢુઆઓ ઉપર ઊગતી વનસ્પતિઓની યાદી અહીં નહિ આપું. તે લાખી જગા રોકે એમ છે. આ દરેક વનસ્પતિ તરેહતરેહની યુક્તિપ્રયુક્તિથી પોતાનું જીવન ટકાવીને રેતીને દબાવે છે.

દુઆ એટલે શુ, તેનો વિસ્તાર કયા સુધી, તેના પેટા ભાગો, જે દુઆ વચ્ચેનો ભાગ-વગેરે વર્ણન આપા નાના લેખમાં ન આપી શકાય છતાં પણ એટલું જાણવું જરૂરી છે કે દુઆનું શિખર, દુઆની તળેટી, જે દુઆની વચ્ચેની ખીણ, સમુદ્રનાં પાણીથી તે દુઆ સુધીનો પ્રદેશ-આ બધાનું નિરીક્ષણ પણ પણ ધણું જ નવું શીખવે છે. જે વનસ્પતિઓ આપણે તળેટીમાં (Resting sand plam) જોઈએ છીએ તે દુઆઓ ઉપર (Shifting Dunes) જોવામાં નથી આવતી. તળેટીમાં જે વનસ્પતિઓ જોવામાં આવે છે તે જે દુઆઓ વચ્ચેના ખીણવાળા ભાગમાં નથી જોવામાં આવતી, પણ તેની જગ્યાએ તદ્દન નવીન જ વનસ્પતિઓ ત્યાં ઊગેલી હોય છે. અને ખીણમાં ઊગતી વનસ્પતિઓ સમુદ્રથી શરૂ થતા ભાગમાં નથી જણાતી. વનસ્પતિઓ પણ ચોખ્ખે સ્થાન સીધી કાઢવાની શુદ્ધિ ધરાવે છે એ જોઈને, જાણીને, પ્રભુની અકલ કળાનો કંઈક ખ્યાલ આપણને આવે છે.

મેં અગાઉ કહ્યું તેમ કુદરત પોતે જ ધણુખરું કામ તો કરે છે. માણસો તો ફક્ત કુદરત શું કરે છે તે જ જોવા લાગે તો તેમને ધણું એાણું કરવાનું ગમે છે. દુઆઓ રક્ષિત બન્યા પછીથી આપોઆપ છોડાડાડ ફટી નીકળ્યા હતા. પણ રેતી ઊડી આવીને તે છોડને દબાવી ન નાખે એ માટે મનુષ્ય શુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી શકે તો તે કુદરતના કામને ધણી જ સહાય કરી શકે. જયકૃષ્ણભાઈએ આને માટે પણ ધણું કયું છે કુંવારના ૪-૪ ફીટના ચોરસ બનાવીને તેમાં ઝાડનાં સૂકા પાદડાનું ખાતર નાખીને ચોમાસા વખતે તેમાં વિવિધ જાતના બીજ વેરતા. કુંવારના ક્યારાઓમાં વરસાદ પછીથી ધણી છોડ ઊગી નીકળ્યા હતા. કુંવારને રેતીવાળી જમીન ખૂબ

જ માફક આવે છે શરૂઆતમાં તેને ઉછેરવા સહેજ કાળજી રાખવી પડી છે પણ એક વખત જામી ગયા પછીથી તે સહેનાઈથી મરતી નથી તે પણ આબુબાબુ બીજા નના કષ્ટગા ઉત્પન્ન કરી શકે છે. રેતી ઊડી આવીને કુવાર આગળ જામે છે આબુમાબુની જમીનમાં ઊગતી વનસ્પતિના બીજ પણ ઊડી આવીને આ ક્યારાઓમાં પડે છે અને એમ નવીનવી વનસ્પતિઓની વૃદ્ધિ થયા કરે છે એક તલવારડી જેને ગૂંજરાતમાં આખો કહે છે તે એક વખત ઊગ્યા પછીથી કોઈ અજબ રીતે પોતાનો વિસ્તાર ફેલાવી શકે છે આવો એક છોડ જોતજોતામાં આખો ઢુઆ ઢાકી દે એટલો લાભો વધી શકે છે !

જયકૃષ્ણભાઈએ કુદરતનું કામ જોઈ જોઈને ધણું નવું મહેલુ કહ્યું છે અને પછી પોતાની બુદ્ધિના ઉપયોગ કરીને કુદરતને ધણી સહાય કરી આખી છ ટેવ્યાએ નવીન છોડગાડ તેમણે રેતીના ઢુઆઓ ઉપર વાવેના છે એ બધાની યાદી આપતા સહેજે પાંચ છ પાના ભરાય

કયા ચાર વર્ષ ઉપરના રેતીના ઢુઆઓ અને કયા આજના વનસ્પતિથી આજીવિત થયેલા લોનાછમ ઢુઆઓ ! અજબમાં માણસને એ લીલીછમ ટેકરીઓ જ લાગે ! થોડા વર્ષો પછી એ ઢુઆઓને કોઈ ઢુઆ તરીકે નહિ જોળજે પણ કુગર તરીકે જોળખશે અને હવે જે વનસ્પતિઓ ત્યાં ઊગી છે તે દૂરદૂર ફેલાઈને આખા કચ્છ કિનારાના ઢુઆઓને ઢાકી દેશે અને ઊડતી રેતીને અટકાવી આખા રાજ્યની પ્રજાને અનેક રીતે ઉપકારકતા થશે જયકૃષ્ણભાઈના આ મૂક કીર્તિસ્તોત્રો છે જયકૃષ્ણભાઈએ તેમની જન્મભૂમિ કચ્છની મુદર સેવા બજાવી છે, અને આ કામનો તેમને પોતાને પણ સંતોષ છે.

“ ટાઈમ્સ ઓફ ઇન્ડિયા ” ( જુન ૧૫, ૧૯૨૭ ) માં ‘ The Conquest of the Dunes ’ ( રેતીના ઢુઆઓ ઉપર વિજય ) એ નામનો એક લેખ કોઈ ઉત્સાહી અને જિજ્ઞાસુ યુરોપિયન વિદ્વાને લખ્યો છે. શોકની વાત છે કે આપણા કોઈ દિ દીને જયકૃષ્ણભાઈના

આ ભગીરથ કાર્યની નોંધ લેવાનું સૂઝયું નથી. ખુદ માડવીના વતનીઓને પણ આ વાતની કંઈ પડી નથી. યૂરોપિયન લેખકે એ દ્રેંકા લેખમાં હુઆ પાછળ જયકૃષ્ણભાઈએ જે અયાગ મહેનત લીધી છે તેની અને જયકૃષ્ણભાઈના જ્ઞાનની ઠીક નોંધ લીધી છે. લેખકના થોડાક વાક્યો ઉતારી આ લેખ પૂરો કરું છું :—

\* “..... કદ્દપી ન શકાય એવું પરિણામ આવેલું છે ..... જયકૃષ્ણભાઈએ વિવિધ જાતના ઘાસ, લતા, ગુદમ, વૃક્ષો ઇત્યાદિ રેતીના હુઆઓ ઉપર ધીરે ધીરે ઉગાડ્યા છે અને હજીયે ઉગાડે છે તે જોઈને સાધારણ માણસ તો આશ્ચર્યચકિત જ થઈ જાય છે.

ઊડતી રેતીના મોટા ટોળાને કેમ દામવા એ પ્રશ્ન ઊઠે છે. જયકૃષ્ણભાઈ એ વિકટ કામથી ખી જાય એવા નથી”..... આ ભયાનક અને પ્રચંડ કાર્યને પહોંચી વળતા જયકૃષ્ણભાઈને સરસ રીતે આવડે છે.”



## ૪૪ : દેશી દવાઓની સમિતિઓ

‘ કમિટીઝ ઓન ધી ઇન્ડિજિનસ સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિન ’  
આ અંગ્રેજીનું ભાષાતર જ ‘ દેશી દવાઓ સમિતિ નિભાવેલી

“ \* The result has already exceeded expectations. ... Any layman would be bewildered by the great number of various grasses, creepers, bushes and trees of which Mr. Jaykrishna knows and which he is steadily introducing or encouraging

The question remains how to deal with the huge domes of the moving dunes Mr. Jaykrishna is not one to be staggered by the problem . . . He knows how to tackle and eventually bring of anchor these elephantine dangers ” ( The Times of India-July 15, 1927 )

સમિતિઓ' છે. દેશી દવાઓ કરતાં 'દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિ' શબ્દ વધુ અર્થયુક્ત છે. દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓમાં આયુર્વેદ, યુનાની અને સિદ્ધ ઋષિ પદ્ધતિઓનો સમાવેશ થાય છે. યુનાનીનો અર્થ થાય છે ગ્રીક દેશની. ખરે રીતે તો યુનાની-તિબ્બ (તિબ્બ=દવા-Medicine) એવું નામ હકીમો વાપરે છે. પ્રાચીન ગ્રીસમાં યુનાન (Ionia) નામનો પ્રાંત હતો તે ઉપરથી એટલે કે ગ્રીક દવાશાસ્ત્ર ઉપરથી યુનાની વૈદ્ય અસ્તિત્વમાં આવ્યું છે. યુનાની વૈદ્ય, તેને આપણે ગ્રીક વૈદ્ય ગણીએ કે હકીમો વૈદ્ય ગણીએ, બન્નેનું ઉદ્ભવસ્થાન તો આયુર્વેદ જ છે એમ હવે અનેક વિદ્વાનોએ નક્કી કરેલું છે. એટલે યુનાનીને જુદું ગણવાની જરૂર નથી.<sup>૧</sup> સિદ્ધ સંપ્રદાય દક્ષિણ ભારતના કેટલાક ભાગોમાં પ્રચલિત છે. પરંતુ ખરી રીતે સિદ્ધ એ પણ આયુર્વેદનો જ ભાગ છે. વેદોનો ત્રિદોષવાદ સિદ્ધ સંપ્રદાયોએ પણ માન્ય છે. ૧૬૪૭માં સિલ્હોન સરકારે નીમેલ કમિશન (સિલ્હોન કમિશન ઓન ઇડીજિનસ મેડિસિન) માં સિદ્ધને આયુર્વેદમાં જ ગણી લીધેલ છે. એટલે પ્રજાવણીમાં ખરી રીતે આયુર્વેદ સંબંધી નિમાયેલી સમિતિઓ એવું જ મથાણું રાખ્યું હોત તો ઠીક થાત. અરુ.

બ્રિટિશ અમલ દરમિયાન આયુર્વેદનું ગળું ઘૂંટવાના ઠીક ઠીક પ્રયત્નો થયા છે એ વાત સૌને સુવિદિત જ છે. આયુર્વેદમાં કંઈ એવું તત્ત્વ હતું જેને લક્ષને તે જીવતું રહી શક્યું. ખીજા કોઈ ચિકિત્સાપદ્ધતિ હોત તો તે આવ ખરી પરવારી જ હોત. ગમે તેવી તેની હીન દસામાં પણ કેટલાક ગણ્યાગાંધ્યા વેદોએ આ વિજ્ઞાનને જીવતું રાખ્યું છે અને અંગ્રેજોના આટઆટલા પ્રયત્નો છતાંય હિંદમાં

૧. ત્રિવેન્દ્રમ મુકમિ ભરાયેલ નિખિલ ભારત આયુર્વેદ મહાસભેલન (૧૯૫૫) ના અધ્યક્ષીય ભાષણમાં પં. સિવસર્માએ આ ઉપર વિસ્તારથી ઉદાહરણ કરેલા છે અને યુનાનીને આયુર્વેદથી ભિન્ન ગણવાની જરૂર જ નથી એમ દાખલાવાદીઓ સિદ્ધ કર્યું છે

વસ્તીના મોટા ભાગ, ૮૦ ટકા જેટલા લોકો, આયુર્વેદની જ દવાઓ આજે પણ કરે છે એમ સૌને કળૂન કરવું પડ્યું છે.<sup>૧</sup> ભાર કમિટીના રિપોર્ટમાં પણ એ સમિતિ (રિપોર્ટ ઓફ ધ હેલ્થ સર્વે એન્ડ ડેવલપમેન્ટ કમિટી-આ કમિટી જ ભાર કમિટી તરીકે ઓળખાય છે) સ્વીકારે છે કે 'દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ આજે પણ ગરીબ અને શ્રીમત બન્ને વર્ગો ઉપર જે અસાધારણ કાબુ ધરાવે છે તેના અમે સહયોગ સ્વીકાર કરીએ છીએ આ પદ્ધતિઓની દવાઓ ઘણી સસ્તી છે એનો પણ અમે સ્વીકાર કરીએ છીએ વળી અમે એ વાતનો પણ સ્વીકાર કરીએ કે ગતાનુગતિક-પેઢી દરપેઢી ઊતરી આવેલું આ જ્ઞાન ગૈકાઓથી ભેગું થઈ ગયું છે ખૂબ જ સમૃદ્ધ થયેલું છે અને વનસ્પતિ, ખનિજ અને પ્રાણિજ દવાઓના ગુણદોષ ઉપર એણે ખૂબ જ પ્રકાશ નાખ્યો છે; વળી ખૂબ જ વૈદ્યકીય ઇતિહાસ જ્યારે પણ લખાશે ત્યારે હિન્દી આ પદ્ધતિઓએ ભજવેલો ભવ્ય ભાગ અવશ્ય પોતાનું સ્થાન પામશે જ.'<sup>૨</sup>

પ્રાચીન કાળમાં આ ચિકિત્સાપદ્ધતિઓનો પ્રભાવ દૂરદૂરના દેશો ઉપર પડેલો છે. અર્થાત્ એનું જ્ઞાન આજે પણ ઘણી ચિકિત્સા-પદ્ધતિઓ સ્વીકારે છે એટલે સ્વાભાવિક રીતે જ આપણા સૌના મનમાં એક જાતનું સ્વદેશાભિમાન પણ એ જામત કરે છે અને આથી આ દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ<sup>૩</sup> તરફ અગ્રેજો જેવી

૧ ચોપડા કમિટિ રિપોર્ટ, વો. ૧, પૃ ૪

૨ રિપોર્ટ ઓફ ધી હેલ્થ સર્વે એન્ડ ડેવલપમેન્ટ કમિટી, વો. ૧ પૃ ૪૫૫.

૩ ખરી રીતે આ બધી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ વચ્ચે ઘણું મજતાપણું છે-સમાન ધ્યેય છે પરંતુ અગ્રેજોએ પોતાની ભાગલાની નીતિ અમલ્યાર કરેલી એટલે જેટલો અને તેટલો ભેદભાવ ભહેરમાં સાવવા માટે જ તેમનો આ પ્રયત્ન જતો, સરકારે નામેલી ચોપડા કમિટીએ આ વાતનો પોતાના રિપોર્ટમાં સ્વીકાર કરેલો કે અમારે આ 'ચિકિત્સાપદ્ધતિઓનો' નાજૂટક જ ઉપયોગ કરવો પડ્યો છે ખરી વાત તો એ છે કે આ પદ્ધતિઓ બધી સમાન છે-સમાન હેતુ-વાળી-સમાનધર્મી છે (વો. ૧, પૃ ૭)

રૂઢિચુસ્ત પ્રજાનું પણ ધ્યાન ખેંચાયા વિના ન રહ્યું. એ ચતુર લોકોએ હિંદની ૮૦ ટકા પ્રજા ઉપર આ ચિકિત્સાપદ્ધતિઓનું વર્ચસ્વ બેંચું અને તેથી સૌ પ્રથમ એમણે ૧૮૨૭માં કલકત્તાની સરકારી સંસ્કૃત કોલેજમાં આયુર્વેદના વર્ગો શરૂ કર્યાં. યુનાની માટે પણ આ જ અરસામાં કલકત્તાની મેડેસામાં વર્ગો શરૂ કર્યાં. પરંતુ ઈસ્ટ ઇન્ડિયા કંપનીને આ વર્ગોથી સંતોષ ન થતાં, ૧૮૩૩માં નીમેની એક કમિટીના અભિપ્રાયથી, વર્ગો બંધ કર્યાં અને કલકત્તા મેડિકલ કોલેજ સ્થાપવા એકો ગતિમાન બન્યાં. આમ પશ્ચિમના વૈદ્યકર્તા પગરણ હિંદમાં મંડાયાં. પાશ્ચાત્ય વૈદ્યક શાળ્યકર્તાઓનું વૈદ્યક હતું. તેઓની સાથે તેમના પોતાના ઉપયોગ માટે આવેશું હતું. શાળ્ય જે કરે તે તરફ લોકોનું ધ્યાન તરત જ વળે છે અને વળી આ લોકો પાસે શબ્દવિજ્ઞાન (અ. સર્જરી) સારું હતું એટલે નેત-નેતામાં આ પાશ્ચિમાત્ય વૈદ્યક અહીં પ્રતિષ્ઠિત થયું. પરંતુ આપણા લોકોમાં સ્વદેશાભિમાન જાગત થતાં, સ્વાભાવિક રીતે જ હિંદના લોકોનું ધ્યાન પોતાના વૈદ્યક તરફ આકર્ષાયું અને આશુ સદીની, શરૂઆતનાં વર્ષોમાં 'નિખિલ ભારત આયુર્વેદ મહાસંમેલન' જેવી સંસ્થા અસ્તિત્વમાં આવી. આયુર્વેદનું રીતસરનું પદ્ધતિ-પાદ્ધતિ, પરીક્ષાઓ વગેરે શરૂ થયાં. અભ્યાસક્રમ ઘડાયો, વિદ્વાનોએ પાઠ્ય પુસ્તકો લખ્યાં, પ્રાચીન મંદિરા પ્રથાને નવેસરથી પ્રસિદ્ધ કર્યાં અને આ પ્રમાણે નામાવશેષ થવા આવેલ આયુર્વેદ પણ પુનઃ પ્રકાશિત થવા લાગ્યો. આની અસર પ્રાતિક સરકારે ઉપર થઈ અને સિન્ન સિન્ન પ્રાંતોમાં તે માટે સમિતિઓની રચના થવા લાગી.

૧૮૨૭માં મદ્રાસ સરકારે પહેલવહેલી ડો. કોચાન એકલાની જ સમિતિ નીમી અને આ દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ માટે અભિપ્રાય માગ્યો. ૧૮૨૦માં નાગપુર ખાતે મળેલ 'ઇન્ડિયન નેશનલ કોંગ્રેસે' પણ આ પ્રજાનાં રક્ષણ, નીવેરો કરવા પસંદ કર્યો. 'આ રાષ્ટ્રીય મહાસભા મને છે કે હિંદના લોકો માટે આયુર્વેદ અને યુનાની

ચિકિત્સાપદ્ધતિઓની અનિવાર્યતા પુરવાર થયેલી જ છે એટલે તેના પ્રચાર માટે દેશભરમા શાળા-મહાશાળાઓ સ્થાપવી જોઈએ, ઇરિષ તાલો સ્થાપવી જોઈએ અને આ પ્રમાણે ચિકિત્સાપદ્ધતિઓને વેગ આપવો જોઈએ' ૧૯૩૮ની કોંગ્રેસની કારોનારી સમિતિએ પણ આ દરાવતું પુનઃ સમર્થન કર્યું હતું એ પણ અહીં યાદ આપવું ઉચિત છે

૧૯૨૧મા મૌ પ્રથમ મદ્રાસ સરકારે આયુર્વેદ શાસ્ત્રીય છે કે નહિ તે નક્કી કરવા એક વગદાર સમિતિ નીમી સર મહમદ ઉમ્માન એના પ્રમુખ હતા આ સમિતિના મંત્રી લેફ્ટનન્ટ કૅપ્ટન શ્રીનિવાસમૂર્તિએ એવો સુદર અહેવાલ રજૂ કર્યો કે સૌના મુખ્યમાથી વાહ-વાહના ઉદગારો નીકળ્યા આયુર્વેદ સંપૂર્ણ શાસ્ત્રીય છે એટલું જ નહિ, આજે પણ તે પાશ્ચાત્ય વૈદ્યક કરતા અનેક દરજ્જે આગળપડતું વિજ્ઞાન છે એમ સરમાણ મિદ્દ કરી બતાવ્યું કે જો શ્રીનિવાસ મૂર્તિનો આ રિપોર્ટ-૧ ધ સાયન્સ એન્ડ આર્ટ્સ એન્ડ ઇન્ડિયન મેડિસિન' એક અમૂલ્ય રિપોર્ટ છે શ્રીનિવાસમૂર્તિ ઇન્ડિયન મેડિકલ સર્વિસમાથી નિવૃત્ત થયેન, સંસ્કૃત દર્શનો અને ખીજા શાસ્ત્રોના અદ્ભુત અભ્યાસી છે ધિયોસોફિકલ સોસાયટીના એ વર્ષો સુધી પ્રમુખ પણ રહેના છે આ રિપોર્ટ પ્રત્યેક ભારતીય સત્તાને વાચવા જોવો છે આપણા દાકતરોએ તો ખાસ જ આ રિપોર્ટ અમુકજુ પથ ઉપર વિજયી પ્રસ્થાન તો છે જ, પરંતુ ભારતીય શુદ્ધિપ્રભાનો એક અદ્વિતીય ચમકારો છે અને આયુર્વેદનો પ્રથમ વેદ છે, એમ કહું તો વૈદ્યો મને માફ કરશે એક ઉભયવિદ્યા-નિષ્ણાત દાકતરનું આ સર્જન છે વૈદ્યો આ રિપોર્ટના ખૂબ જ ઝડપી છે અને ચિરકાલ પર્યંત સ્પર્ધી રહેશે અમને તો આ રિપોર્ટ ઘડવા માટે શ્રીનિવાસમૂર્તિ જેવા ઉભયવિદ્ય-પ્રવીણ વિદ્વાન મળ્યા એમા ભગવા નનો જ હાથ દેખાય છે આ રિપોર્ટના પ્રતાપે જ મદ્રાસમા પહેલવહેલી 'ગવર્નમેન્ટ સ્કૂલ ઓફ ઇન્ડિયન મેડિસિન' સ્થપાઈ અને રીતસર આયુર્વેદના અભ્યાસના ગણેશ બેઠા આયુર્વેદની અસ્મિતા ખીનવવામા આ રિપોર્ટનો ફાળો જેવો તેવો નથી જ



આની અસર ભારતના લિન્ન લિન્ન પ્રાતોમા પણ થઈ ૧૯૨૧-૨૨મા બંગાલ સરકારે પણ બે સમિતિઓ નીમી (૧) આયુર્વેદના પુનરુદ્ધાર અને વિકાસ માટે અને (૨) યુનાની વૈદક માટે આ પડી બીજી પ્રાતિક સરકારોએ પણ આવી સમિતિઓ નીમી અને ગામડાની વૈદક રાહત માટે આયુર્વેદ-યુનાની પદ્ધતિ ઓનો સ્વીકાર કયો એટલું જ નહિ પણ હિંદના લિન્ન લિન્ન પ્રાતોમા-યુ પી, મદ્રાસ, દિલ્હી, બંગાલ, મુબઈ અને ઇતર પ્રાતોમા આયુર્વેદ-યુનાની શાખાઓ સરકારે સ્થાપી ગામડામા સારી વૈદકીય રાહત મળી શકે એ દષ્ટિએ અભ્યાસક્રમ યોજાયો અને આયુર્વેદમા શોધખોળ થવી જોઈએ એ પણ સ્વીકારાયું પાશ્ચાત્ય વૈદકના ઉત્તમ અસો આયુર્વેદના ખૂટતા અસોમા ઉમેરી, કાર્યક્ષમ ચિકિત્સા તૈયાર કરવા એ નેમ સરકારે સીકાગી અને તદનુસાર શિક્ષણનો પ્રારંભ થયો.

આ જ અસોમા સરકારને આ લિન્ન લિન્ન પ્રાતોમા આવી રહેલ અનનવી પ્રવૃત્તિઓથી નિખિન ભારતની દષ્ટિએ હિંદના આસો અનો પ્રશ્ન ઉઠેલના શું કરવું જોઈએ તે વિચારવા ભોર સમિતિની સ્થાપના કરવી પડી ઉપર કહી ગયા છીએ તેમ આ સમિતિનું નામ 'હેલ્થ સર્વે એન્ડ ડેવલપમેન્ટ કમિટી' છે, પરંતુ સર જોસેફ ભોર એના પ્રમુખપદે હતા એથી દૂકમા એ ભોર-સમિતિ તરીકે ઓળખાય છે આ સમિતિમા કોઈ વૈદ-હકીમ તો હતું જ નહિ એટલે આ સમિતિના અહેવાલમા આયુર્વેદ-યુનાની પદ્ધતિઓ હિંદના આસોગ્યમા પોતાનો કાળો ફેટનો અને કેવી રીતે આપી શકે તે ઉપર મુદ્દન જ વિચાર કરવામા નથી આવ્યો આ વાતનો અહેવાલમા ઉત્તેજ પણ છે 'અમારી પાસે પૂરતો સમય નથી, આ વિષયની જાણકારી પણ નથી એટલે અમારા વિચારો આ પ્રાચીન ચિકિત્સા પદ્ધતિઓ ઉપર અમો દર્શાવી શક્યા નથી એટલે આ અહેવાલમા અમો કંઈ પણ પ્રકાશ નાખી શક્યા નથી' ભોર સમિતિના અહેવાલમા

આયુર્વેદ-યુનાની સંબંધી આ મૌને હિંદમાં હીકીક બિહાપોહ જગાઓ અને તે સખત ટીકાઓને પાત્ર પણુ બની. આને પરિણામે શ્રીમતી રુકિમની લક્ષ્મીપતિ-તે વખતના મદ્રાસના આરોગ્યસચિવ-ના સૂચનથી ૧૯૪૬માં મળેલ દિલ્હીની આરોગ્ય પ્રધાનોની સમિતિમાં નીચેનો દરાવ પસાર થયો.

‘(અ) રાષ્ટ્રીય આયોજન સમિતિની સૂચનાનુસાર આ સમિતિ દરાવ કરે છે કે : (૧) ગ્રસ્થના સ્વાસ્થ્યસ રક્ષણ માટે અને રોગી-ઓના રોગનિવારણમાં આયુર્વેદ અને યુનાની ચિકિત્સાપદ્ધતિઓનું સ્થાન નક્કી કરવું, તે પદ્ધતિઓમાં સરોધનનો આરભ કરવો, આ દેશના આયોજનમાં આ બન્ને પદ્ધતિઓનું યોગ્ય સ્થાન નક્કી કરવું.

(બ) આ માટે દરેક પ્રાંતમાં શાળા-મહાશાળાઓ સ્થાપવી અને ડિપ્લોમા અને ડિગ્રી અભ્યાસક્રમો શરૂ કરવા.

(ક) અનુસ્નાતક વર્ગો શરૂ કરવા અને દાકતરોને માટે પણુ આવડા આયુર્વેદીય અનુસ્નાતક વર્ગો સ્થાપવા.

‘નેશનલ પ્લાનિંગ કમિટી-રાષ્ટ્રીય આયોજન સમિતિ-ના ૧૩માં દરાવ પ્રમાણે, આ સમિતિ દરાવે છે કે સરકારે સ્વાસ્થ્ય-સગઠનની યોજનાઓમાં આ બન્ને ચિકિત્સાપદ્ધતિઓના માણસોનો સમાવેશ કરવો, જરૂર લાગે તો થોડુંક વૈજ્ઞાનિક શિક્ષણ આપીને પણુ તેઓ ગામડાના સ્વાસ્થ્યમાં સારો લાગ લગવી શકે એ પ્રમાણે તૈયાર કરી, તેમનો રાષ્ટ્રીય આયોજનમાં સમાવેશ કરવો.

‘સમિતિ દરાવે છે કે મધ્યસ્થ તથા પ્રાંતીય હેલ્થ કાઉન્સિલોમાં આયુર્વેદ અને યુનાની ચિકિત્સાની રા સ્થાઓને અને વૈદ્ય-હકીમોને સરકારે યોગ્ય પ્રતિનિધિત્વ આપવું.’

આ દરાવને લઈને જ મધ્યસ્થ સરકારે ચોપડા સમિતિની સ્થાપના કરી. ૧૯૪૬, ડિસેમ્બર ૧૯ને રોજ.

દિલ્હીમાં મળેલી આરોગ્ય પ્રધાનોની પરિષદના દરાવ પ્રમાણે

ભારત સરકારે આયુર્વેદ અને યુનાની દેશી ચિકિત્સાપદ્ધતિઓમાં શોધખોળ (અનુસંધાન) માટે, અભ્યાસ માટે, અને બંને પદ્ધતિઓ કાર્યદૃષ્ટિએ વધુ કાર્યક્ષમ થાય એ માટે આ પદ્ધતિઓની સંપૂર્ણ તપાસ કરવા એક સમિતિ (ચોપડા સમિતિ તરીકે આ સમિતિ ઓળખાય છે) નીમવાનું નિર્ધાર્યું છે.

‘આરોગ્ય પ્રધાન પરિપદના દ્વારા મુજબ મધ્યસ્થ તેમ જ પ્રાંતીય સરકારોમાં આ પદ્ધતિઓના પદ્ધતિસરના અભ્યાસ-અનુસંધાન માટે તેમ જ વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ આ પદ્ધતિઓનું મૂલ્યાંકન અંકાય એ માટે યોગ્ય વ્યવસ્થા કરવાનું હરાવે છે.

‘એટલે આ સમિતિમાં હિંદમાં પ્રવર્તતી સકલ ચિકિત્સા-પદ્ધતિઓ અનુસાર દવા કરવામાં સર્વ ચિકિત્સકોને સમાવેશ કરવાનો સરકારે નિશ્ચય કર્યો છે. દૂરક વખતમાં જ સભ્યોનાં નામો જાહેર કરવામાં આવશે. આશા રાખીએ છીએ કે આ સમિતિની બલામણી સર્વ પ્રાંતીય સરકારોને, આરોગ્ય પ્રધાન પરિપદના દ્વારા મુજબ, મધ્યસ્થ સરકારમાં જે નીતિ મુકરર થઈ છે તે નીતિ મુજબ કાર્ય કરવામાં ઉપયોગી માર્ગદર્શન કરશે.’

ચોપડા સમિતિ સ્થાપવામાં આવી, પરંતુ ખેદની વાત છે કે આમાં એક પણ દવા કરતા વેદને લેવામાં આવ્યો ન હતો.

પ્રમુખ તરીકે કર્નલ સર રામનાથ ચોપડાને રાખ્યા.

વૈદ્યો :

ડૉ. લક્ષ્મીપથી : બી. એ., એમ. બી. અને સી. એમ. મદ્રાસના આયુર્વેદકોલેજના પ્રિન્સિપાલ, મદ્રાસની ઇન્ડિયન સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિન બોર્ડના સભ્ય, ૧૯૨૦ થી ૨૮ સુધી.

ડૉ. બાલકૃષ્ણ ચિંતામણુ લાગુ :

એ. વી. વી., એમ એલ. એ. મુંબઈની બોર્ડ ઓફ ઇન્ડિયન સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિનના પ્રમુખ.

ડૉ. બાલકૃષ્ણ અમરજી પાઠક : એમ બી. બી. એસ., બનારસ હિંદુ યુનિવર્સિટી આયુર્વેદ કોલેજના પ્રિન્સિપાલ અને યુ. બી. બોર્ડ ઓફ ઇન્ડિયન મેડિસિનના સભ્ય.

હકીમો :

શિક્ષા-ઉલ્લ-મુલ્ક હકીમ હખીમ-ઉર રહેમાન,<sup>૧</sup> પ્રિન્સિપાલ તિબ્બિયા કોલેજ, દાકા.

શિક્ષા-ઉલ્લ-મુલ્ક હકીમ મહમુદ હસન કુરેશી, પ્રિન્સિપાલ તિબ્બિયા કોલેજ, લાહોર.

હકીમ નસીરુદ્દીન અહમદખાન, જનરલ સેક્રેટરી ઓફ ધી આયુર્વેદિક એન્ડ તિબ્બી બોર્ડ,<sup>૨</sup> દિલ્હી પ્રાંત.

આટલાં નામો પ્રસિદ્ધ કર્યા પછી જે દાક્તરો સમિતિ ઉપર લેવાના છે. અને તેમનાં નામો ટૂંક વખતમાં જાહેર કરવામાં આવશે, એમ જાહેર કરવામાં આવ્યું. આ જે દાક્તરો પાછળથી નિમાયા. તેમનાં નામો નીચે મુજબ હતાં :

૧. મેજર એમ. એચ. શાહ, મુપરિ-ટેન્ડન્ટ ઇન્ચીજ હોસ્પિટલ, દિલ્હી, (આ સંજ્ઞન હાલ પાકિસ્તાનમાં, કરાંચીની જિન્દા સેન્ટ્રલ હોસ્પિટલના ચીફ મેડિકલ ઓફિસર છે.)

૨. ડૉ. બી. એન. ધોષ, પ્રોફેસર ઓફ ફાર્મેકોલોજી, ઈર્મા-ઈકલ મેડિકલ કોલેજ, કલકત્તા.

આ ઉપરથી વાંચકો જોઈ શકશે કે આ સમિતિ ઉપર ખરી રીતે એક પણ આયુર્વેદ જાણનાર અને આચરનાર વૈદ્ય તરીકે, 'પ્રેક્ટિસ' કરનાર એક પણ વૈદ્ય ન હતો. ડૉ. લક્ષ્મીપથી, લાગુ અને પાઠક-આ ત્રણેય આયુર્વેદના અભ્યાસીઓ હતા, આયુર્વેદ માટે પૂરેપૂરી સહાનુભૂતિથી સભર હતા એ વાત ખરી, પરંતુ જાગેલી અસ્મિતામાં વૈદ્યોને આ ખૂબ ખૂચું, ખૂબ ઉદાપોહ થયો, દરાવો થયા અને સમિતિના સભ્ય ડૉ. પાઠકે પણ સરકારને જખરો રચ આપ્યો. આ બધાના પરિણામે સરકારને છેવટે (૧૯૪૭, ૨૬ મી

૧. સમિતિ કામ કરતી થઈ તે અગાઉ જ આ હકીમનું મૃત્યુ થયું હતું.

૨. વૈદ્યો અને હકીમોની સંખ્યાનું પ્રમાણ જોતાં વૈદ્ય-હકીમોની સંખ્યા એકસરખી રાખવાનું કંઈ પ્રયોજન ન હતું, પરંતુ અંગ્રેજોની એ નેદનીતિનું ઘોતક છે. ખરી રીતે એક જ હકીમ હોવો જોઈતો હતો.

એપ્રિલ ) અખિલ ભારતીય પ્રતિષ્ઠાવાળા વૈદ્ય બ્રહ્મચર્ય ત્રિકુમલ આચાર્યને આ સમિતિના સભ્ય તરીકે લેવા પડ્યા હતા. સદ્ગત હકીમને સ્થાને કલકત્તાના હકીમ નિસાર અહમદખાનને નીમવામાં આવ્યા હતા. પરંતુ અહેવાલ જણાવે છે કે આ મહેરબાને કદી એક પણ બેદરકામી દાખરી આપવાનું સૌજન્ય દર્શાવેલું નહિ.

સમિતિએ સૌ પ્રથમ એક લાંબી પ્રભાવશી પ્રસિદ્ધ કરી. તે સૌ નામાંકિત વૈદ્ય-હકીમ-દાકતરોને તે મોકલવામાં આવી. પછી આખા હિંદમાં આ સમિતિના સભ્યો ફર્યો, લિજ્જત લિજ્જત સંસ્થાઓ અને માણસોને મળ્યા, જુઝાનીઓ લીધી. ચોપડા સમિતિના અહેવાલના બંને ભાગોમાં આ બધું જોવાજણવા મળે છે. સમિતિએ હિંદના પ્રખ્યાત વૈદ્યો અને દાકતરોની એક બેઠક પુના ખાતે મેળવી હતી. આ બેઠક ૮ દિવસ લગી ચાલી હતી અને એમાં નીચેના ત્રણ અતિ મહત્વના મુદ્દાઓની સુદર, માર્મિક સમીક્ષા કરવામાં આવી હતી :

(૧) પચમહાભૂતો, તેનો અર્થ અને વૈજ્ઞાનિક વિચારણા સાથે મેળ.

(૨) ત્રિદોષ, વર્તમાન ક્ષિત્રિયોલોહ, <sup>૧</sup> પેથોલોહ <sup>૨</sup> અને ચેરાપ્યુટિકસ <sup>૩</sup> સાથે તેની સરખામણી અને ત્રિદોષ ઉપર વિશદ વિચારણા.

(૩) આયુર્વેદીય દ્રવ્યગુણશાસ્ત્રમાં અતિ રૂઢ થયેલ રસ, ગુણ, વીર્ય, વિપાક અને પ્રભાવનો આધુનિક દ્રવ્યગુણદષ્ટિએ વિચાર.

ચોપડા સમિતિનો અહેવાલ ૧૯૪૮માં પ્રસિદ્ધ થયો. આ અહેવાલની વિવિધ ભાષામંજીમાંની કેટલીક આ રહી:

૧. પશ્ચિમના અને પૂર્વના ચિકિત્સાવિજ્ઞાનોનું એકીકરણ વા સમન્વય શક્ય જ નહિ કિંતુ વ્યવહારુ પણ છે. આ સમન્વયનું કામ સહેલું નથી. કામ ઘણું વર્ગો પણ લેશે. પરંતુ આ ધ્યેય સદા દષ્ટિ સમક્ષ રાખવું આવશ્યક છે.

૨. સારાય હિંદમાં આયુર્વેદીય શિક્ષણ એકસરખું રાખવું.

૩. મુખ્ય સ્થળોએ કોલેજો સ્થાપવી. કોલેજો ચાલતી હોય

તેમને સારી ગ્રાન્ટો આપવી દરેક પ્રાંતમાં ઓછામાં ઓછી એક કોલેજ સરકારે પોતે ચલાવવી, જેથી બીજી કોલેજોને તેનું અનુકરણ કરવાની ફરજ પડે.

૪. પ્રવેશની યોગ્યતા ઇન્ટર સાયન્સ, બી ગ્રુપ.

૫. અભ્યાસક્રમ પાંચ વર્ષનો.

૬. અર્વાચીન વિષયોનો સમાવેશ : આયુર્વેદમાં જે જે અંશે ખૂટતા હોય ત્યાં ત્યાં અર્વાચીન વિષયોથી તેની પૂરવણી કરવી.

૭. અધ્યાપકોને સારા પગારો આપવા ખાનગી પ્રોફિટસ 'ની છૂટ તેમને ન આપવી. પોતાનો બધો જ સમય તેઓ સંસ્થા પાછળ ગાળે એટલા ખાતર સારા મોટા પગારો રાખવા. એક શિક્ષક અનેક વિષયો લખાવે છે તેમ નહિ, પરંતુ પ્રત્યેક વિષયનાર નોખા નોખા અધ્યાપકો રાખવા. અધ્યાપકોની ખામી છે એટલે તે માટે પૂરી નોંધવાઈ કરવી. પ્રાચીન અને અર્વાચીન ઉલ્લેખવિદ્યાપ્રવીણ વિદ્યાર્થીઓ રોયાર થાય એવો અભ્યાસક્રમ દોરવો અને નિખિલ ભારતમાં એક જ સરખું ધોરણ રાખવું.

૮. વર્તમાન મેડિકલ કોલેજો, જ્યાં પાશ્ચાત્ય ચિકિત્સાવિજ્ઞાન લખાવાય છે ત્યાં, આયુર્વેદની ખુરશીઓ સ્થાપવી, અને સ્નાતકોત્તર પરીક્ષામાં આયુર્વેદનો સમાવેશ કરવો.

૯. અનુસંધાન (સંશોધન ઝં રિસર્ચ)ને વેગ આપવો. સહાનુ-જૂતિવાળા દાકતરો અને વૈદ્યોનો સહકાર આર્વા કામોમાં આવશ્યક છે.

૧૦. દરેક રાજ્યમાં આયુર્વેદિક ડિરેક્ટરોની નિમણૂકો કરવી અને એલોપથીથી લિન્ન આયુર્વેદની દોરવણી એમને સોંપવી.

૧૧. એક કેન્દ્રીય આયુર્વેદિક સંશોધન સંસ્થા સ્થાપવી અને અનુસંધાન શરૂ કરવું.

અહેવાલ પ્રસિદ્ધ થયા પછી આપણી મધ્યસ્થ સરકારે તેને અભરાર્થ એ ચલાવ્યો. અહેવાલની લલામણો ખરેખર આયુર્વેદને ઉપકારી છે, તેના વિકાસમાં સહાયક છે. મધ્યસ્થ સરકાર પાસે આયુર્વેદની દષ્ટિ નથી એટલે મધ્યસ્થ સરકારના વડા અમલદારોએ

આ લઘામણીને અભિયંત્રિયે ચલાવી. આ માટે પણ જાગૃત્તરત  
જિહ્વાપોષ થયો અને મધ્યસ્થ સરકારે આ સમિતિની લઘામણુ મુખ્ય  
જામનગરમાં મધ્યસ્થ સંશોધન (સેન્ટ્રલ રિસર્ચ ઈન્સ્ટીટ્યુટ)ની  
સ્થાપના કરી. સમિતિની લઘામણુ મુખ્ય હવે ત્યાં કામ ચાલી રહ્યું  
છે. બધા પ્રાંતો ગતિમાન બન્યા છે અને કેટલેક ઠેકાણે આયુર્વેદિક  
ડિરેક્ટરોની નિમણૂક થઈ છે, આયુર્વેદની સંસ્થાઓ સંબંધી  
મધ્યસ્થ સરકારનું પણ સમજવામાં આવતું નથી, કારણ કે હજી  
તો મેડિકલ કોલેજો જ સ્થાપવાની વાતો ચાલે છે, આયુર્વેદ માટે  
ક્યાંયે વિચાર સરખો થતો નથી. તેમ અંદાજપત્રમાં પણ આયુર્વેદ  
માટે જુદું ખર્ચ જાણવામાં આવતું નથી. પ્રાંતો અને કેંદ્ર વચ્ચે  
કશો જ મેળ લાગતો નથી. રાજકુમારી અમૃતકેર પ્રમાણિકપણે માને  
છે કે આંતરરાષ્ટ્રિય પરિસ્થિતિના વિચાર કરતાં હિંદમાં  
દકત એક જ વૈજ્ઞાનિક ચિકિત્સાપદ્ધતિ એલોપથી છે અને હોની  
જોઈએ. અર્થાત્ વર્તમાન દાકતરી વિદ્યા છે એ જ હિંદે સ્વીકારવી  
જોઈએ. કોઈ ખીજી 'પથી' માટે અવકાશ જ નથી. હા, આયુ-  
ર્વેદમાં શોધખોળની જરૂર સરકાર સ્વીકારે છે અને તે પ્રમાણે લિન્ન-  
લિન્ન સ્થળોએ આયુર્વેદનું અનુસંધાન થાય એ છોટ પણ ગણે  
છે, પરંતુ હાલ જે મિત્ર પદ્ધતિએ આયુર્વેદિક કોલેજો ચાલે છે તે  
તેમને માન્ય નથી એમ અમારું માનવું છે. અભ્યાસનું ધોરણ એમ.  
બી. બી. એસ. કરતાં જરા પણ ઓછું ન જ હોવું જોઈએ. એમ.  
બી. બી. એસ. થી ઓછું સ્વીકારવા તૈયાર નથી. પં. જવાહરલાલ  
નહેરુ પણ આ જ મતના લાગે છે. એટલે આજે તો કેંદ્ર અને પ્રાંતો વચ્ચે  
કોઈ જાતનો સુમેળ જણાતો નથી. શું થાય છે તે જોવાનું રહે છે.

આપણા મુખ્ય રાજ્યમાં પણ ૧૯૪૭-૪૮ માં સરકાર 'ઈન્ડિ-  
યન સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી,' જે સાધારણ  
રીતે તેના પ્રમુખ ડોક્ટર ચોધના નામ ઉપરથી ચોધ સમિતિ નામે  
જાણખાય છે તે સ્થાપી. આ સમિતિ પણ સારા હિંદમાં ફરી હતી,

બધી આયુર્વેદિક સરચાઓનું નિરીક્ષણ કર્યું હતું અને એને બહેવાલ પ્રસિદ્ધ થયો છે. ડૉ. ચોધ ઇન્ડિયન મેડિસિન બોર્ડ ' અને ' ફેકલ્ટી ના પણ પ્રમુખ હોનાથી તેમણે પોતાની સમિતિના સૂચનોનો અમલ તરત જ કર્યો. પરિણામે ૧૯૫૭થી મુઝઈ પ્રાંતની આયુર્વેદિક કોલેજોમાં ડિપ્લોમા ડોસ-મેટ્રિક પછી ચાર વર્ષનો ડોસ-હોનો તે બધ કરી ડિગ્રી ડોસ-ઇન્ટર સાયન્સ અને તે પછી સાડાચાર વર્ષનો ડોસ-દાખલ કર્યો છે. સાગી કોલેજોનું અપગ્રેડિંગ-ઉચ્ચ ધોરણ સમિતિ ઇચ્છે છે. હિદમા પ્રત્યેક ચિકિત્સાપદ્ધતિના સ્નાતકોનું ધોરણ એક જ સરખું સરકારે માન્ય થવું જોઈએ આવી સુદર લનામણ આ સમિતિએ કરી છે. આયુર્વેદિક કોલેજોમાં હવે ઇન્ટર સાયન્સ વિદ્યાર્થીઓ મોગી સખ્યામાં આવે છે અને એમ બી બી એસ પેઠે સાડાચાર વર્ષનો અભ્યાસક્રમ છે. એનેટામાં ફિઝિયોલોજી પેથો લોજી જેવા પાયાના (અ બેઝિક) વિષયો આયુર્વેદ કોલેજોના છાત્રો ભણે છે. આ સમિતિ માને છે કે પાયાના વિષયો બધે એકસરખા રાખવા પછી દવાદાઢનું કામ આવે ત્યાં દરેક પથીને દવાદાઢ પોતાની 'પથી' પ્રમાણે કરવાની સ પૂર્ણ છૂટ હોવી જોઈએ. પ્રત્યેક સ્નાતક-પછી તે ગમે તે પથીનો કા ન હોય, પણ આ મૌલિક વિષયોના જાણકાર હોય તો પછી તેની અને એમ બી બી એસ ની વચ્ચે કોઈ પણ જાતનું અતર ન જ હોવું જોઈએ. ચોપડા સમિતિની ઘણીખરી લનામણો સાથે ચોધ સમિતિ પણ સહમત છે.

ચોપડા સમિતિ એ પહેલેની જ મધ્યસ્થ સરકારદ્વારા સ્થપાયેલી સમિતિ છે. પરંતુ આજ સુધીમાં આપણી રાજ્ય સરકારોએ ઘણી સમિતિઓ નીમેલી છે અને ચોપડા સમિતિએ પોતાની આ પુરોગામી સમિતિઓની લવામણો પણ બરાબર લક્ષમાં લીધેલી છે. નીચે આ સમિતિઓના નામો આપનામાં આવે છે.

(૧) બ ગાળમાં સ્થપાયેલી આયુર્વેદિક અને યુના િ પદ્ધતિઓની સમિતિ, ૧૯૨૧ ઓગસ્ટ



(૨) મદ્રાસ સરકારે સ્થાપેલી ઇન્ડીજનસ સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિન, ૧૯૨૧ ઓક્ટોબર.

(૩) સંયુક્ત પ્રાંતોએ આયુર્વેદિક અને યુનાની પદ્ધતિની સમિતિ સ્થાપી ૧૯૨૫માં.

(૪) સિલોનમાં સ્થપાયેલી ઇન્ડીજનસ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી ૧૯૨૬માં.

(૫) બ્રહ્મદેશમાં સ્થપાયેલી ઇન્ડીજનસ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી ૧૯૨૮માં.

(૬) મધ્ય પ્રાંત-ગિરારમાં ઇન્ડીજનસ સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિન માટેની તપાસ સમિતિની સ્થાપના ૧૯૩૭માં.

(૭) પંજાબમાં સ્થપાયેલી ઇન્ડીજનસ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી ૧૯૩૮માં.

(૮) મૈસૂર રાજ્યમાં સ્થપાયેલી ઇન્ડીજનસ સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિન કમિટી ૧૯૪૨માં.

(૯) ઉત્કલ આયુર્વેદિક સમિતિ ઓરિસા સ્થાપના ૧૯૪૬માં.

(૧૦) ઇન્ડિયન સિસ્ટમ્સ ઓફ મેડિસિન ઇન્કવાયરી કમિટી મુંબઈ, સ્થાપના ૧૯૪૭માં.

(૧૧) આસામમાં સ્થપાયેલી આયુર્વેદિક ઉત્કર્ષ સમિતિ, ૧૯૪૭.

હિંદના ભાગલા પછી તે પહેલાં બ્રહ્મદેશ હિંદનો જ ભાગ ગણાતો હતો એટલે બ્રહ્મદેશનો અહીં ઉલ્લેખ છે. સિલોન હિંદનું પડોશી હોય, તેની સમિતિનું કામ આપણા કામને મળતું હોય, તેને અહીં સ્થાન આપવામા આવેલું છે.

આરોગ્ય પ્રધાનપરિષદો દર વર્ષે ભરવામાં આવે છે. આ પરિષદો હવે મધ્યસ્થ આરોગ્ય સમિતિ 'સેટલ કાઉન્સિલ ઓફ હેલ્થ' નામે ઓળખાય છે. હમણાં આ કાઉન્સિલે ત્રિવેન્દ્રમ ખાતે મળેલ (જાન્યુઆરી ૧૯૫૫ તા. ૨૩-૨૫) પોતાની ત્રીજી બેઠકમાં આયુર્વેદના શિક્ષણને અખિલ ભારતીય ધોરણે રાખવો માટે તેમજ વૈદ્યો હકીમો અને હોમિયોપથો બધાના વ્યવસાયને પણ નિષ્પિત ભારત શૂનિકા ઉપર કદ રીતે ચૂકવો-તેનો અભ્યાસ કરી અહેવાલ આપ

માટે એક વગદાર સમિતિ નીમી છે, એના ચેરમેન સૌરાષ્ટ્રના આરોગ્ય પ્રધાન શ્રી દયાશંકર દવે છે એટલે સામાન્ય રીતે એ 'દવે સમિતિ' તરીકે ઓળખાય છે, આ દવે સમિતિએ તાજેતરમાં જ ૪૬ પ્રશ્નોની એક પ્રશ્નાવલી બહાર પાડી તે રાજ્યો, આયુર્વેદ, યૂનાની અને હોમિયોપથીની શિક્ષણસંસ્થાઓ, શિક્ષણસંસ્થાઓ સાથે સંયોજિત ધરિપતાઓ, વ્યવસાય વર્ગની સંસ્થાઓના કેટલાક ચૂંટાયેલા પ્રતિનિધિઓ, કેટલીક નામાકિત વ્યક્તિઓ વગેરેને મોકલી છે, એના ઉપરથી અખિલ ભારત આયુર્વેદિક અભ્યાસક્રમ ઘડાશે, અખિલ ભારત દષ્ટિએ વ્યવસાય કરવાનાં ધારાધોરણો, વિચાર નીતિસંહિતાઓ વગેરે ઘડાશે અને તેની ઉપર સરકાર ભારત કરશે. દવે સમિતિમા કલકત્તાના વડાપ્રધાન અને નિખિલ પ્રતિષ્ઠાવાળા ડૉ. બિધનચંદ્ર રાય જેવા દાકતર છે. મુંબઈના આરોગ્યપ્રધાન શ્રી શાંતિલાલભાઈ છે. જામનગરના મધ્યસ્થ સંશોધન મંડળના ડિરેક્ટર ડૉ. પ્રાણજીવનદાસ મહેતા છે. મધ્યસ્થ સરકારના આરોગ્ય પ્રધાન અને તેમના ઉચ્ચ અધિકારીઓની આયુર્વેદ તરફની નીતિ તો જાણીતી છે જ. આ સમિતિની ભલામણો સાથે તે કેટલે અંશે સુસંગત થશે એ બહુ હવે જોવાનું રહેશે. શુદ્ધ, મિશ્રના નાદોષી આયુર્વેદ જગત આજે કલુષિત થયું છે, તેવે વખતે આ દવે સમિતિ તટસ્થ રીતે, કાળજીથી વગેરે લક્ષ્યમાં લઈ પોતાનો પૂર્વગ્રહમુક્ત એવો અભિપ્રાય આપી આયુર્વેદને નિખિલ ભારત ભૂમિકા ઉપર પ્રતિષ્ઠિત કરે.

આયુર્વેદનો પ્રશ્ન સૌની આંખોએ ચઢ્યો છે એ આનંદદાયક છે જ. સમય કટોકટીનો છે. વૈદ્યોમાં એકતા નથી, અડમઠમિકા ખૂબ છે, આયુર્વેદ કરતાં પોતાના વ્યક્તિત્વ તરફ વધુ મમત્વ છે, રાજકીય રમતોમાં રસ છે, એટલે આયુર્વેદનો કેસ જો બગડશે તો તે પાપના ભાગીદારો વૈદ્યો પોતેજ હશે. પારકાનાં રાઈ જેવાં હિંદો જેવા કરતાં પોતાના બિલ્વમાત્ર દોષો જેવામાં જો વૈદ્યસમાજ દસયિત થશે તો વૈદ્યોનું ભવિષ્ય ઊજવળ છે.